

**Multimed 2019; 23(4)****Julio-Agosto**

Artículo original

**Estado actual de los adultos mayores centenarios en el municipio Media  
Luna**

Current status of centenarians in the Media Luna municipality

Situação atual dos centenários no município de Media Luna

Lic. Psicol. Deilys Pérez Martínez. <sup>1\*</sup>Esp. I MGI. Misael Arias Reyes. <sup>1</sup>Lic. Enferm. Luz María Méndez Bagarotti. <sup>1</sup>Esp. I MGI. Jorge Luis de la Torre Romero. <sup>1</sup>Esp. I MGI. Caridad González Rivafrecha. <sup>1</sup><sup>1</sup> Universidad de Ciencias Médicas de Granma. Policlínico Docente Raúl Podio Saborit.  
Media Luna. Granma, Cuba.\*Autor para la correspondencia. Email: [deilyspm@infomed.sld.cu](mailto:deilyspm@infomed.sld.cu)**RESUMEN****Introducción:** la expectativa de vida ha aumentado con el paso de los años, por lo que, el mundo está sometido a un importante envejecimiento poblacional.**Objetivo:** describir el estado actual de la población centenaria del municipio Media Luna en el período enero - septiembre de 2018.**Método:** se realizó un estudio descriptivo de corte transversal, con el objetivo de describir el estado actual de la población centenaria del municipio Media Luna en el período enero - septiembre de 2018. La población estuvo conformada por 15 adultos mayores centenarios que constituyen la totalidad de los adultos mayores con más de 100 años en el municipio. Para la obtención de la información se empleó el

---

análisis documental a partir de la revisión de historias clínicas y registros médicos. En el procesamiento de la información se empleó el cálculo porcentual en el resumen de la información estadística.

**Resultados:** se destacaron el predominio del grupo de adultos mayores de 100 a 102 años, con mayoría del sexo femenino y sin deterioro cognitivo, con una evaluación funcional de dependencia al menos para una actividad y predominio de la hipertensión arterial como enfermedad de base.

**Conclusiones:** existe una marcada relación entre la existencia de deterioro cognitivo y la presencia de estados emocionales desfavorables como parte de la interrelación afectivo-cognitivo de la personalidad

**Palabras claves:** Adulto mayor; Disfunción Cognitiva; Envejecimiento Cognitivo.

#### **ABSTRACT**

**Introduction:** the life expectancy has increased with the passage of the years, reason why, the world is subject to an important population aging.

**Objective:** to describe the current status of the centennial population of the Media Luna municipality in the period January - September 2018.

**Method:** a descriptive cross-sectional study was carried out, with the objective of describing the current status of the centennial population of the Media Luna municipality in the period January - September 2018. The population consisted of 15 centenarian senior citizens that constitute the totality of the elderly with more than 100 years in the municipality. To obtain the information, the documentary analysis was used based on the review of clinical stories and medical records. In the processing of the information, the percentage calculation was used in the summary of the statistical information.

**Results:** the predominance of the group of adults older than 100 to 102 years, with a majority of females and without cognitive impairment, with a functional evaluation of dependence at least for one activity and predominance of arterial hypertension as the underlying disease.

**Conclusions:** there is a marked relationship between the existence of cognitive impairment and the presence of unfavorable emotional states as part of the affective-cognitive interrelation of the personality.

**Keywords:** Older adult; Cognitive Dysfunction; Cognitive Aging.

## **RESUMO**

**Introdução:** a expectativa de vida tem aumentado com o passar dos anos, pelo que, o mundo está sujeito a um importante envelhecimento populacional.

**Objetivo:** descrever a situação atual da população centenária do município de Media Luna no período de janeiro a setembro de 2018.

**Método:** Um estudo descritivo transversal foi realizado a fim de descrever o estado atual da população centenária do município Crescent no período de janeiro a setembro de 2018. A população foi composta por 15 idosos centenários são todos os idosos com mais de 100 anos no município. Para obter as informações, a análise documental foi utilizada com base na revisão de histórias clínicas e registros médicos. No processamento das informações, o cálculo percentual foi utilizado no resumo das informações estatísticas.

**Resultados:** A prevalência de grupo de adultos com idades compreendidas entre 100-102 anos, a maioria mulheres sem comprometimento cognitivo, uma avaliação da dependência funcional para, pelo menos, uma actividade e prevalência da hipertensão como a doença subjacente foram destacados.

**Conclusões:** há uma relação marcante entre a existência de comprometimento cognitivo e a presença de estados emocionais desfavoráveis como parte da inter-relação afetivo-cognitiva da personalidade.

**Palavras-chave:** Adulto idoso; Disfunção cognitiva; Envelhecimento cognitivo.

Recibido: 3/5/2019

Aprobado: 10/6/2019

## Introducción

El número de personas de edad avanzada representa una proporción cada vez más alta dentro de las poblaciones de muchos países. La expectativa de vida ha aumentado con el paso de los años, por lo que el mundo está sometido a un importante envejecimiento poblacional. <sup>(1)</sup> El afán de comprender el envejecimiento es de interés para el hombre desde épocas remotas, los filósofos de la antigüedad se preocupaban por el tema de la senescencia como preparación para la vejez. Platón y Cicerón, por citar algunos ejemplos, estuvieron inmersos en estas preocupaciones y plasmaron en sus obras estos pensamientos. <sup>(1)</sup>

En la actualidad, hay 450 000 centenarios en el mundo y los expertos estiman que podría haber un millón para el 2030. La ciencia y la tecnología genética están desarrollándose rápidamente, lo que permite escanear genes de los súper ancianos en busca de los secretos de la larga vida. <sup>(2)</sup>

Para que el envejecimiento resulte una experiencia positiva, la prolongación de la existencia debe ir acompañada de mejoras en la calidad de vida de quienes alcanzan estas avanzadas edades, permitiendo mantener un nivel óptimo de bienestar. <sup>(3)</sup>

El aumento demográfico de los centenarios, ha atraído el interés de los investigadores, aunque en su mayoría, los estudios se han realizado en países desarrollados, no todos tienen un alcance nacional y se han centrado menos en las variables sociopsicológicas. <sup>(4)</sup>

Investigaciones recientes señalan que 1551 cubanos sobrepasaban los 100 años de edad y de ellos un total de 260 viven en la provincia Granma. <sup>(5)</sup>

Cada día, es más importante conocer las características de este grupo de adultos mayores que va en aumento, despierta tanta admiración entre la población y presenta características singulares a tener en cuenta por el sistema de salud para una atención más adecuada y con mayor calidad.

Se realiza este estudio para describir el estado actual de la población centenaria del municipio Media Luna en el período enero – septiembre del 2018.

## Método

Se realizó un estudio descriptivo de corte transversal, con el objetivo de describir el estado actual de la población centenaria del municipio Media Luna en el período

enero- septiembre de 2018.

La población estuvo constituida por los 15 centenarios del municipio Media Luna. Se contó además, con el consentimiento informado de cada uno de los participantes o de sus representantes en los casos necesarios.

La recogida de la información se realizó a partir del análisis documental desarrollado que incluyó la revisión de historias clínicas, seguimientos y visitas de terreno, además de la base de datos y el registro de control de visitas a los centenarios del municipio por el Equipo de Atención Gerontológica. (EMAG)

La edad de los pacientes se consideró en grupos de 100 a 102 años, de 103 a 105 años y con más de 106 años de edad. El sexo se relacionó en masculino y femenino según sexo biológico. El deterioro cognitivo se clasificó con presencia de deterioro cognitivo en el caso de existir diagnóstico de demencia de tipo Alzheimer y sin deterioro cognitivo cuando el área cognitiva se mantiene conservada.

Las actividades básicas de la vida diaria (ABVD) se exploraron a través del Índice de Katz y las actividades instrumentadas de la vida diaria (AIVD); se empleó el índice de Lawton y se establecieron las categorías siguientes: independientes para todas las actividades, dependientes para todas las actividades y dependientes para al menos 1 actividad. Se evaluó la presencia de enfermedades crónicas de base como la hipertensión arterial, diabetes mellitus, artrosis generalizada, insuficiencia cardiaca y sin presencia de enfermedades crónicas.

#### **Procesamiento de la información**

Los resultados fueron expresados en tablas con el uso de los números absolutos y porcentajes. Se emplearon los programas Microsoft Word y Excel pertenecientes al paquete de Office 2007 de Windows XP. Lo que permitió realizar la discusión de los resultados y llegar a conclusiones.

#### **Aspectos éticos**

Se informó a los centenarios y cuidadores en qué consistía el estudio y los beneficios que podría favorecer. Se actuó siempre bajo su autonomía y el derecho a la intimidad, fidelidad y veracidad. Se plasmó la voluntad de participación por escrito mediante el

consentimiento informado del propio paciente o de su representante en los casos en que fue necesario.

## Resultados

La tabla 1 relaciona la variable edad y sexo, con un predominio del grupo etáreo entre 100 y 101 años con 9 pacientes para el 60%, seguido del grupo de 102 a 104 con 3 para un 20% y con más de 105 años solo 3 para un 20% de los centenarios estudiados. En cuanto al sexo la mayoría son mujeres entre los centenarios del municipio con 10 para un 66,66 % y el 33,33% son hombres.

**Tabla 1.** Distribución de centenarios según edad. Media Luna, enero – septiembre de 2018.

Edad	Sexo				Cantidad	%
	Femenino	%	Masculino	%		
100-101	5	33,33	4	26,66	9	60
102-104	2	13,33	1	6,66	3	20
105 y más	3	20	0	0	3	20
Total	10	66,66	5	33,33	15	100

La tabla 2 resume los datos según la existencia o no de deterioro cognitivo. La mayoría se mantiene sin deterioro cognitivo con 10 pacientes para un 66,66 % y 5 de ellos presentan deterioro con presencia de demencia de Alzheimer.

**Tabla 2.** Distribución de centenarios según deterioro cognitivo. Media Luna, enero- septiembre de 2018.

Deterioro cognitivo	Cantidad	%
Sin Deterioro cognitivo	10	66,66
Con Deterioro cognitivo (presencia de demencia de Alzheimer)	5	33,33
Total	15	100

Los datos que se corresponden con el estado emocional de los centenarios muestran un predominio de un estado favorable para un 66.66% de la muestra, o sea, 10 centenarios. (Tabla 3) El resto mantiene presencia de estados afectivos desfavorables como la ansiedad, la depresión o la ira, (33,33%).

**Tabla 3.** Distribución de centenarios según estado emocional. Media Luna, enero- septiembre de 2018.

Estado emocional	Cantidad	%
Favorable	10	66,66
Desfavorable (ansiedad, depresión, ira)	5	33,33
Total	15	100

La mayoría de los pacientes presentan dependencia para al menos una actividad con 9 para un 60 % y 6 centenarios son dependientes para todas las actividades representando un 40% del total. (Tabla 4)

**Tabla 4.** Distribución de centenarios según evaluación funcional. Media Luna, enero- septiembre de 2018.

Evaluación funcional	Cantidad	%
Independientes para todas las actividades	0	0
Dependientes para al menos 1 actividad.	9	60
Dependientes para todas las actividades	6	40
Total	15	100

En la tabla 5 se exponen los resultados según las patologías crónicas en los centenarios estudiados. Sobresale la Hipertensión Arterial presente en 5 centenarios para un 30%, seguido de la insuficiencia cardíaca con 2 para un 13,3% y las demás patologías se evidencian en menor cantidad de centenarios. Es importante señalar que 4 centenarios no muestran presencia de enfermedades crónicas hasta el momento.

**Tabla 5.** Distribución de centenarios según patologías cónicas presentes. Media Luna, enero- septiembre de 2018.

Patologías crónicas presentes	Cantidad	%
HTA	5	30
Diabetes mellitus	1	6,66
Artrosis generalizada	1	6,66
Insuficiencia cardíaca	2	13,33
Sin patologías	6	40
total	15	100

## Discusión

Los resultados obtenidos en el estudio en cuanto a la edad son similares a los destacados en una investigación realizada por el equipo multidisciplinario de atención gerontológica del Policlínico Universitario Norte “Diego del Rosario”, para caracterizar desde el punto de vista clínico y genético a los centenarios del municipio de Morón y en el cual prevalecieron los centenarios de 100 a 104 años con un 90% del total de centenarios estudiados y en cuanto al sexo, predominó el femenino en un 60% de los casos, muy cercano a los datos reportado en el presente estudio.<sup>(6)</sup>

Del total de centenarios reportados en Cuba se estima que el 77,7% corresponden al sexo femenino. Según la literatura revisada, las mujeres habitualmente viven, como promedio, ocho años más que los hombres y tienen cuatro veces más probabilidades de llegar a los cien.<sup>(7)</sup>

Un estudio que aparece en la edición de este año de la Journal of the American Geriatrics Society refleja que los hombres son menos propensos que las mujeres a llegar a los cien años, pero los que sí llegan tienden a estar más sanos que sus compañeras de sexo femenino.<sup>(7)</sup>



---

Un elemento al cual se le ha prestado singular atención en los adultos mayores es el caso del deterioro cognitivo. En el presente estudio los resultados obtenidos se asemejan a los reportados en una investigación realizada con centenarios en La Habana, en la cual se constató que el 43.62% de los participantes presentaban deterioro cognitivo. <sup>(8)</sup>

Este trabajo formó parte del Estudio Nacional de Centenarios Cubanos, que incluyó a 1 488 personas mayores de 100 años de todo el país, siendo el Centro de Investigaciones sobre Longevidad, Envejecimiento y Salud (CITED) el organismo rector, junto con la participación de prestigiosas instituciones del país, el Sistema Nacional de Salud y el apoyo estatal. <sup>(8)</sup>

En la región oriental del país el 40,3 % de los centenarios no tenían demencia. Siendo la región con indicadores mas favorables en este sentido. <sup>(8)</sup>

El equipo de Camps Calzadilla descubrió que la incidencia de la demencia en general fue de 18%. Una tasa que aumenta con la edad un 12% cada año en el grupo de personas con edades entre los 90 y los 94 años; de 21% cada año entre los de 95 a 99 años, y un 40% anual en los mayores de 100 años. <sup>(8)</sup>

Los datos sobre el estado emocional resumidos en el estudio concuerdan con los reportados en una investigación desarrollada en la región central del país en la cual el 70% de los centenarios estudiados mantenían un estado emocional favorable, pues presentaban buen estado de ánimo y se mostraban satisfechos con la vida, con mecanismos de afrontamiento que les ha permitido superar lo cotidiano sin gran nivel de afectación, según reporta el estudio. <sup>(9,10)</sup>

Algunas investigaciones sobre centenarios han precisado la existencia de características de la personalidad como niveles bajos de tensión, alta confianza en sí mismos, adaptabilidad a la vida, utilización de la moderación, adecuado afrontamiento psicoespiritual, bajos índices de depresión, sanos y cordiales, enfrentamiento y superación de los problemas, seguros y con alta autovaloración. Elementos todos que potencian un estado emocional favorable. <sup>(10)</sup>

Con respecto a la evaluación funcional, sobresalen los centenarios dependientes en al menos 1 actividad. Este resultado concuerda con el reportado en un estudio realizado

---

en Ciego de Ávila en el cual el 80% de los centenarios estudiados mantienen semejantes niveles de dependencia en las actividades de la vida diaria.<sup>(10)</sup>

En muchos casos los niveles de dependencia en adultos mayores centenarios obedecen más a sobreprotección por parte de la familia que por temor, restringe las actividades diarias del anciano y favorece la pérdida de validismo, que a problemas de salud que lo justifiquen.

Selman Housein ha explicado que los centenarios tienen no solo longevidad extrema, sino también poca fragilidad y dependencia si se favorece por parte de los cuidadores principales.<sup>(11)</sup>

De acuerdo a las patologías crónicas presentes hubo un predominio de la Hipertensión Arterial en un 30% de los casos. Resultados semejantes se describieron en la investigación realizada por María Dolores Mondejar Barrios y colaboradores con un predominio de la Hipertensión Arterial en el 40 % de los centenarios estudiados.<sup>(12)</sup>

La Hipertensión Arterial es la más común de las condiciones que afecta la salud de los individuos adultos en las poblaciones de todo el mundo; sus complicaciones incapacitantes son un problema frecuente de salud que afecta el bienestar del anciano.<sup>(1)</sup>

Un elemento aún de mayor interés es la existencia de un 40 % de la población centenaria estudiada sin patología crónica registrada.

Autores de la Universidad del Colegio del Rey en Londres, analizó los expedientes de salud pública de más de 11 000 centenarios en el Reino Unido, para investigar los principales problemas de salud que afectan a estas personas mayores. Ellos encontraron un sorprendente número de personas de cien años sin enfermedades crónicas reportadas. También examinó los riesgos de salud relacionados con la edad, como las caídas, la demencia, las fracturas óseas y los problemas de la visión.<sup>(3)</sup>

En la actualidad la tendencia es ha manejar la existencia de un gen o droga que sea el secreto de llegar hasta la ansiada cifra de los 100 años y el hecho de que numerosos estudios hallan demostrado que más del 95% de los centenarios tenían antecedentes familiares de longevidad ha encaminado esa búsqueda.<sup>(4)</sup>

---

El Departamento de Fisiología de la Facultad de Medicina de la Universidad de Valencia, ha destacado los avances y hallazgos obtenidos sobre los genes de la longevidad gracias al estudio de personas centenarias. Según los reportes, estos genes (antioxidantes, p53, telomerasa, Ras/Grf1....) son vitales en ese empeño. <sup>(4)</sup>

Pero más allá de la importancia indiscutible de la genética en estos casos, los autores de la presente investigación son partidarios del papel de un adecuado estilo de vida para llegar a la centuria.

El profesor y doctor cubano Eugenio Selman-Housein Abdo, creador además del conocido Club de los 120 años, destaca en sus estudios seis aspectos que califica de decisivos para llegar a más de 100 años con una actividad satisfactoria. <sup>(5)</sup>

El primero es la motivación, según Selman la motivación fundamental ha de ser el estar vivo, agradecer todas las mañanas al despertar la posibilidad de seguir contemplando el universo y ser ante todo optimista. <sup>(11)</sup>

El segundo elemento formulado es la alimentación. El anciano debe comer en todos los horarios establecidos, solo se debe ser cuidadoso en no incrementar alimentos pesados, que el horario de ingestión nocturna sea temprano y transcurra un tiempo de recreación antes de ir a la cama. La dieta del anciano debe ser adecuada en proteínas, de fácil digestión, frutas y vegetales, sin exceso de grasas y como mínimo consumir dos litros de agua al día. Mantener un equilibrio alimentario y eliminar excesos es lo más recomendable para arribar a edades avanzadas. <sup>(1,5)</sup>

El tercer elemento es la salud, en este caso se considera que la persona que no tiene buena salud no puede tener una longevidad satisfactoria. El sistema de salud cubano es una fortaleza en este sentido, pues garantiza la atención médica gratuita, oportuna y priorizada en el caso de los adultos mayores y aún más dirigidos en el caso de los centenarios. <sup>(1,5)</sup>

El cuarto elemento se relaciona con la actividad física y se resume en la frase: Es necesario moverse. Son numerosas las investigaciones que han demostrado la importancia de la realización de la actividad física bajo determinadas condiciones de intensidad, frecuencia y duración de cara al alcance de una mayor longevidad. Es

recomendable en la población pasiva realizar actividad física moderada bajo supervisión durante 30 minutos, entre 3 y 5 días por semana. <sup>(5)</sup>

El quinto factor es la cultura, ante todo por el enriquecimiento espiritual que produce en el individuo. Se sugiere escuchar música, bailar, ver una buena película, ir a una función de teatro, leer un buen libro, entre otras opciones a gusto de cada persona. <sup>(1)</sup>

La sexta y última idea de Selman está relacionada con el medio ambiente. La longevidad depende de un medio ambiente que le provea de alimentos, agua potable y aire limpio. El medio ambiente puede ser favorable o desfavorable para llegar a una longevidad satisfactoria. <sup>(5)</sup>

A consideración de los autores lo más importante es mantener una atención exquisita hacia los centenarios del territorio y que cada día sean más aquellos que logran llegar a los codiciados 100 años de vida.

## **Conclusiones**

Existe una marcada relación entre la existencia de deterioro cognitivo y la presencia de estados emocionales desfavorables como parte de la interrelación afectivo-cognitivo de la personalidad.

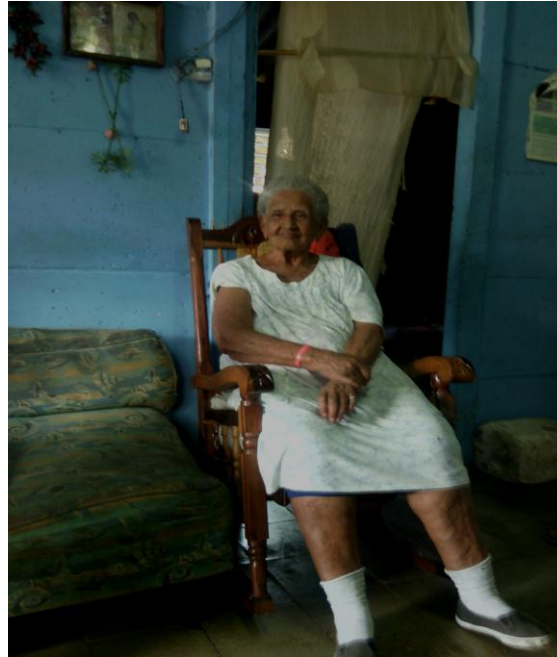
## **Referencias bibliográficas**

1. Pimienta Suri A, Massip Nicot J, Valdés Valenzuela A, Massip Nicot T. Presencia de factores de riesgo de malnutrición en centenarios diabéticos. Rev Méd Electrón 2014 May-Jun; 6(3): 273-289.
2. Servicio de noticias en salud Al Día. Mayores de 60 superarán a menores de 5 en 2020. [Internet]. 2016 [citado 5/9/2018]. Disponible en: <https://boletinaldia.sld.cu/aldia/2016/01/05/mayores-de-60-superaran-a-menores-de-5-en-2020/>

3. Romero Cabrera AJ. Asistencia clínica al adulto mayor. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2012.
4. Camps Calzadilla E. Características antropométricas, funcionales y nutricionales de los centenarios cubanos. [Tesis] La Habana: Universidad de Ciencias Médicas de La Habana; 2012. [citado 5/8/2018]. Disponible en: [https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=2ahUKEwj37OeOn\\_jiAhVpplkKHQDEBy4QFjAAegQIARAC&url=http%3A%2F%2Fbeduniv.reduniv.edu.cu%2Ffetch.php%3Fdata%3D1275%26type%3Dpdf%26id%3D1275%26db%3D1&usg=AOvVaw3Qut3a1Ed17YdiwmzFtGOK](https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=2ahUKEwj37OeOn_jiAhVpplkKHQDEBy4QFjAAegQIARAC&url=http%3A%2F%2Fbeduniv.reduniv.edu.cu%2Ffetch.php%3Fdata%3D1275%26type%3Dpdf%26id%3D1275%26db%3D1&usg=AOvVaw3Qut3a1Ed17YdiwmzFtGOK)
5. Mondejar Barrios MD, Hernández Martínez N, Junco Martínez GJ, Sifonte Pardo L, César Ceballo G. Caracterización clínica y genética de los adultos mayores centenarios del municipio Morón. MEDICIEGO [Internet]. 2012 [citado 5/9/2018]; 18(1). [http://www.bvs.sld.cu/revistas/mciego/vol18\\_01\\_2012/pdf/T2.pdf](http://www.bvs.sld.cu/revistas/mciego/vol18_01_2012/pdf/T2.pdf)
6. Muchas más mujeres que hombres viven cien años. Netdoctor.es [Internet]. 2015 [citado 5/9/2018]. Disponible en: <https://www.netdoctor.es/noticia/mas-mujeres-que-hombres-viven-cien-anos>
7. María Ranero V. González Moro AM. Riquelme Marín A. Evaluación del índice de Satisfacción con la Vida en centenarios cubanos. Rev. Hosp. Psiquiátrico de la Habana [Internet]. 2010 [citado 5/9/2018]; 7(2). Disponible en: <http://www.revistahph.sld.cu/hph0210/hph04210.html>
8. Camps Calzadilla E, Gámez Fonseca M, Borroto M, Prado Martínez C. Evaluación nutricional de los centenarios cubanos y su relación con biomarcadores del envejecimiento. Rev Cubana Invest Bioméd 2013; 32(1): 57-64.
9. Delgado Correa W, Guerrero Pérez R. Presión Arterial. Hipertensión e Hipotensión. 2da Ed. La Habana: Editorial José Martí; 2016.
10. Servicio de noticias en salud Al Día. Demuestran que el ejercicio físico retrasa la aparición del síndrome de fragilidad en el anciano. [Internet]. 2017 [citado 5/9/2018]. Disponible en: <https://boletinaldia.sld.cu/aldia/2017/05/03/demuestran-que-el-ejercicio-fisico-retrasa-la-aparicion-del-sindrome-de-fragilidad-en-el-anciano/>

11. Selman-Housein AE. Cómo vivir 120 años. Editorial Científico- Técnica. La Habana, 2008.

Fotografías de algunos centenarios



**Conflictos de intereses**

Los autores no declaran conflictos de intereses.