



Ministerio de
Salud Pública
República de Cuba

ÁREA DE HIGIENE, EPIDEMIOLOGÍA Y MICROBIOLOGÍA

DIRECCIÓN DE EPIDEMIOLOGÍA

PROGRAMA DE PREVENCIÓN Y CONTROL DE LAS
ENFERMEDADES NO TRANSMISIBLES

BOLETÍN INFORMATIVO / Semana No. 10 – 2025

LA BRECHA DE SALUD DE LAS MUJERES

En la mayoría de los mamíferos las hembras viven más que los machos. Así sucede con las mujeres y es un fenómeno universal, que se conserva por razones distintas en las enfermedades, las hambrunas, las epidemias, las guerras. Sin embargo, una comprensión definitiva y cabal de por qué las mujeres viven más tiempo resulta aun enmarañada y está insuficientemente establecida por la ciencia.

Este es un asunto de mucho interés y actualidad, que nos parece oportuno traer a lugar a propósito de la próxima conmemoración, el 8 de marzo, del Día Internacional de la Mujer. Es una excelente ocasión para abogar por más vida y más vida saludable para las mujeres en todo el mundo. Y, por lo que nos corresponde, especialmente en nuestro país.

El hecho de que las mujeres vivan más que los hombres no significa necesariamente que vivan mejor. Suelen tener una esperanza de vida saludable más corta que los hombres y son más frágiles que éstos en la vejez. También resultan más vulnerables, sobre todo después de la menopausia, a desarrollar problemas cardiovasculares y otras enfermedades no transmisibles.

De entender mejor qué hace que un sexo sea más resistente o vulnerable, entonces tendríamos nuevas y mejores vías, nuevos conocimientos para nuevas oportunidades que podrían ayudar a uno o ambos sexos a ser también más resistentes. Sobre las causas de la diferencia de longevidad exponemos a continuación lo que se acepta como conocimiento establecido. Pero resulta insuficiente, y caben dudas, para gestionar más vida, salud y bienestar para las féminas.

Un creciente número de investigaciones sugiere que el conjunto XX de cromosomas sexuales femeninos (que, junto con otros cromosomas, llevan nuestro ADN) puede influir en la longevidad, aunque no está claro exactamente cómo. Según recientes investigaciones hay indicios que señalan la posibilidad de que haya algo en el segundo cromosoma X que proteja a las mujeres de morir antes que los hombres. Por otra parte, están también los factores epigenéticos, entendidos como elementos ambientales o del estilo de vida, tales como el clima o el estrés crónico, que influyen en qué genes se expresan y cómo. Éstos también pueden influir en la duración de la vida, ampliando o reduciendo las disparidades entre hombres y mujeres.

También se ha estudiado el papel de las hormonas sexuales como el estrógeno en la longevidad, y existe un marcado interés en su efecto sobre el sistema inmunitario. Se acumulan datos valiosos que demuestran que, al menos antes de la menopausia, el sistema inmunitario femenino tiende a ser mejor, más activo y más capaz de reaccionar. Cuando los niveles de estrógeno disminuyen, como ocurre durante la menopausia, el sistema inmunitario de las mujeres parece debilitarse y éstas tienden a alcanzar o superar incluso a los hombres en términos de desarrollo de enfermedades que eran menos comunes antes de la menopausia.

Los patrones de comportamiento han desempeñado un papel clave en la disparidad. En general, las mujeres han sido menos propensas que los hombres a fumar o beber alcohol en exceso, conductas que contribuyen significativamente a la mortalidad. Sin embargo, esto ha estado cambiando en los últimos años en casi todo el mundo.

Las mujeres tienden también a ser más consecuentes con las conductas que promueven y preservan la salud, como ponerse el cinturón de seguridad o acudir al consultorio para chequeos regulares de su salud. Además, las mujeres son más propensas que los hombres a socializar, lo que las protege de los efectos perjudiciales del aislamiento social y la soledad. En un plano social más amplio, el efecto de la violencia en general y de los enfrentamientos armados y las guerras, en particular, afectan de forma desproporcionada a los hombres.

Durante la pandemia de la COVID – 19, los hombres murieron en mayor proporción que las mujeres. Para ilustrar con datos de nuestro país, entre los años 2020 y 2021 murieron por COVID – 19 en Cuba 1 266 hombres

más que el total de mujeres fallecidas (3 484); sin mencionar el total de fallecidos por todas las causas en esos dos años que fue muy superior en hombres a lo habitual promedio de los años precedentes. Las investigaciones no han mostrado ni verificado todo el potencial de hipótesis que está sumergido en esa realidad.

En última instancia, se puede afirmar que es una combinación de todos estos factores y otros menos evidentes o desconocidos aun, lo que determina la brecha en la esperanza de vida de las mujeres. Y aunque la longevidad beneficia a las mujeres, el análisis de lo que conocemos y la realidad de los datos obligan a plantear que la brecha de longevidad, salud y bienestar de las mujeres es factible de mejorar. Y esa es una tarea de prioridad para la salud pública. // (STM).

PRINCIPALES EVENTOS DE LA SEMANA 10

- Lunes 3: Día Mundial de los Defectos Congénitos // Día Mundial de la Audición // Reunión de Coordinación Semanal de la Viceministra, Dra. Carilda Peña García (1.30 PM, MINSAP).
- Martes 4: Aniversario del sabotaje al vapor La Coubre en La Habana (1961) // Día Mundial de la Obesidad // Día Mundial de Concienciación sobre la Infección por el Virus del Papiloma Humano // Segunda Convención sobre Obesidad en Artemisa (Hospital “Comandante Pinares” del municipio San Cristóbal).
- Miércoles 5: Aniversario de la proclamación por Fidel de la consigna “Patria o Muerte” (1961) // Aniversario de la muerte de Hugo Chávez Frías // Reunión del Grupo Funcional Nacional de HEARTS (1.00 PM; MINSAP) // Videoconferencia con las provincias para la Gestión de las ENT.
- Jueves 6: Día Internacional del Linfedema.
- Viernes 7: Día Mundial de los Cereales.
- Sábado 8: Día Internacional de la Mujer.

SUGERENCIA DEL DOMINGO (PARA LA SEMANA 10) – LEER PARA CRECER

Desde el Grupo de WhatsApp de ENT ayer domingo, 2 de marzo, compartimos la sugerencia de un artículo extraordinario de la literatura internacional contemporánea de Salud Pública. Fue reproducido en la Sección de *Clásicos* de la Revista Cubana de Salud Pública en 2020. Se trata de “*El futuro: ¿Higeia versus Panacea?*” de M. Renaud. Búsquelo, léalo, compártalo.

AQUÍ SE ACEPTAN COLABORACIONES: ¡HAGA LA SUYA!

Coordinador: Dr. Salvador Tamayo Muñiz – MINSAP, La Habana, 3 de marzo de 2024.

salvador.tamayo@infomed.sld.cu