

Jueves 08 de febrero, 2007  
San José, Costa Rica.

Estudio en cinco cantones de la península

## Científicos buscan claves de la longevidad en Nicoya

***Ancianos de la península pampera podrían ser los más longevos del mundo***  
***Expertos recorren la bajura para estudiar a vecinos de 90 y más años***

**Marcela Cantero**  
mcantero@nacion.com

Un equipo de científicos recorre la península de Nicoya para confirmar un claro indicio de que esa zona podría estar entre las más longevas del mundo.

Un estudio del demógrafo de la Universidad de Costa Rica (UCR), Luis Rosero Bixby, halló que la mortalidad entre los costarricenses de 90 años es un 10% más baja en esa zona guanacasteca.

### Fotos/Infos:

- Expedición en península de Nicoya



Doña Jesús Dávila Dávila apagó sin esfuerzo su candela número 100 en una fiesta familiar en Belén de Carrillo, el pasado sábado.  
Eddy Rojas

Además, la mortalidad por cáncer es un 23% menor en los ancianos pamperos con respecto al promedio nacional de decesos por tumores malignos a los 90 años.

El dato es de gran interés porque Rosero halló en el 2004 que los varones ancianos del país tienen la esperanza de vida más alta del mundo o, lo que es igual, son los más longevos del planeta.

“Si la mortalidad de los ancianos pamperos es inferior a la del resto de nonagenarios del país (quienes son los más longevos del mundo), su esperanza de vida será más alta”, dijo Rosero.

El científico señaló que aún debe calcular la expectativa de vida para el grupo de varones de 90 años de la península de Nicoya.

“Lo que tenemos es un primer indicio de que en esa región hay una longevidad significativamente mayor a la del resto del país”, agregó Rosero, quien dirige el Centro Centroamericano de Población de la UCR.

Este indicio bastó para atraer a científicos de Estados Unidos, Bélgica e Italia, quienes viajaron a la península de Nicoya financiados por National Geographic Society y el Instituto Nacional de Envejecimiento de Estados Unidos.

Desde la semana pasada, y hasta mañana, el equipo de demógrafos, geriatras, psicólogos y comunicadores recorre la zona en busca de sus adultos mayores.

Tras analizar los datos de Rosero, consideran que la península nicoyana tiene un 99,9% de posibilidades de ser una región “blue zone” (zona azul).

Este es un nombre que algunos dan a un área de excepcional longevidad.

Actualmente, las islas de Cerdeña (Italia) y Okinawa (Japón) y el valle de Loma Linda (California) son *blue zones*.

La península de Nicoya podría entrar ahora a esa prestigiosa lista de sitios de gran longevidad.

**De azul.** A partir de los datos de menor mortalidad en ancianos, el equipo "pintó" de azul los cantones de Carrillo, Santa Cruz, Nicoya, Hojanca y Nandayure.

Ese es su punto de partida porque aún deben delimitar mejor la zona de mayor longevidad que arrojen sus análisis.

En estos días su trabajo se concentra en entrevistar a 30 ancianos, de 90 y más años, para conocer cómo fueron y son sus vidas.

Su meta es encontrar similitudes con estudios hechos en las otras tres regiones del mundo para explicar por qué alguien vive tanto.

El equipo coordinará este año con Rosero la publicación de los resultados de sus análisis.

Sin embargo, Rosero aclaró que le interesa estudiar la longevidad del país, más que la de una región.

"Para hallar respuestas a la longevidad de los varones de 80 y 90 años del país se ocupa un estudio nacional", dijo.

Desde hace tres años, su equipo monitorea la salud y estilos de vida de 3.000 ticos de 60 años y más (285 son de Nicoya y Cañas), con el propósito de encontrar posibles factores que propicien su longevidad.

Toda esta investigación se inició en el 2004 cuando Rosero halló que un varón tico que alcanza a apagar 80 velas, puede vivir un promedio de 8,2 años más.

Por debajo de Costa Rica están Japón e Islandia, cuya esperanza de vida entre los octogenarios es de 7,5 años en promedio.

Además, un hombre costarricense que llega a los 90 años puede vivir 4,4 años más, frente a 3,8 años para sus iguales en Japón, Estados Unidos e Islandia.

La pregunta que surge ahora es si los adultos mayores de la península de Nicoya, específicamente sus varones, son los más longevos entre los longevos, hecho que parece indicar el estudio de mortalidad de Rosero en la población nacional de 90 años.

## Ancianos están en línea

### Proyecto educativo

Miles de alumnos estadounidenses ven y escuchan cada día las historias de sus ancianos.

Los estudios sobre longevidad están al alcance de escolares y colegiales en la página en línea ([www.bluezones.com](http://www.bluezones.com)) de la expedición de científicos a esa región guanacasteca.

El proyecto *Blue zones* tiene un componente educativo con un portal diseñado para formar parte de las discusiones de clases.

## Datos del país

**Un 5,7% de la población costarricense tiene 60 años o más**

**249.000**

total de ticos con 60 años o más

**331**

número de centenarios del país

**81,4 años**

esperanza de vida al nacer de las ticas

**76,9 años**

esperanza de vida al nacer de los ticos