



«Con la edad nos abandonamos»

Cristina Jenaro Río Profesora titular de la Facultad de Psicología

Los factores de riesgo para la salud centran su última investigación; mientras tanto ayuda a otras personas a desarrollar sus proyectos

:: JORGE HOLGUERA / WORD

SALAMANCA. Cristina Jenaro Río es profesora titular del Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos. El aspecto clave de esta docente es su labor en el área de la investigación, donde ha aportado numerosos trabajos relacionados al mundo de la psicología.

La labor que más entusiasmo a esta investigadora es la de ayudar a alumnos y otros profesores e investigadores que desarrollen sus proyectos personales de investigación. Esta trabajando con muchas orientaciones distintas porque la que a ella le interesa es la de apoyar a otros. Un apoyo que se ha trasladado a entidades docentes y culturales como es el caso del Instituto Psicoanalítico de Salamanca, que recientemente la ha acogido como Socio de Honor. Título que recibió como reconocimiento a sus valiosas aportaciones a la investigación cualitativa en Psicoanálisis de Base Antropológica.

Última investigación

La última investigación en la que está trabajando Cristina Jenaro está financiada por la Fundación Samuel Solorzano. Están analizando las conductas saludables o factores de riesgo para la salud que establece la Organización Mundial de la Salud. Tal y como explica Jenaro, estos factores están relacionados, por ejemplo con factores de riesgos conductuales como fumar, beber, sedentarismo o, con factores de riesgo físicos,



La profesora Cristina Jenaro Río posa con el título de Socio del Honor del Instituto Psicoanalítico. :: J.H.

como el índice de masa corporal, antecedentes de hipertensión, colesterol, entre otros. A base de esto, están analizando cuáles son esos factores de riesgo que tiene la gente, para, en base a ello, ayudarles a adquirir conductas saludables recomendables. Sirvan de ejemplo algunas como hacer ejercicio, tener cuidado con la alimentación, hacerse chequeos o controlarse el azúcar. La fase de recopilación de datos se ha llevado a cabo con más de mil personas.

Esta investigación es parte de un

«Actualmente, la sociedad se las tiene que ver con problemas más crónicos»

estudio más amplio, es decir, se está llevando a cabo en países como México y Rumanía. En México existen más problemas de diabetes, mientras que en Rumanía hay algunas diferencias culturales. «Lo que se comparte es que, a medida que avanza la edad, aumenta el riesgo y, parece ser que, las personas se descuidan, es decir, abandonamos los hábitos saludables», explica Jenaro. Se deja de lado lo correcto como comer bien o el no pasarse con las grasas.

Este estudio, que aún permanece en evaluación, tiene prevista su

finalización para últimos de este año. Será después cuando se difundan sus resultados y, con ellos, concienciar a la gente de los porcentajes que resultan alarmantes, para que se pueda dar a conocer a la población esta necesidad de un cambio de hábitos.

A la incógnita de si han encontrado las razones de este descuido personal, Cristina Jenaro responde que, una vez que este estudio esté finalizado, será posible su ampliación para profundizar en las razones por las que la población se sume en este abandono, con el aumento de edad. Ante esta cuestión, «la gente suele aludir a cosas como la falta de tiempo, con los hijos va teniendo menos tiempo, va teniendo más responsabilidades, algo que hace que se resienta el cuerpo y con él, la salud mental», aclara Cristina Jenaro.

Estudios actuales

Los últimos estudios en los que se está volcando la comunidad científica del campo de la psicología se centran en cuestiones como los Objetivos del Milenio, explica Jenaro. Aunque aclara que, esta pregunta alude a algo muy amplio. «Lo que cada vez cobra más importancia es trabajar con colectivos y grupos en desventaja», concretiza. Es decir, menores, personas marginadas, personas en riesgo de exclusión, porque, «cada vez más, la sociedad se las tiene que ver con problemas más crónicos, es decir, problemas más relacionados con vivir en entornos muy agresivos, poco saludables», aclara.

Las investigaciones tienen hoy mucho que ver con el cuidado de la salud y con preocupaciones o luchas con las que hay muchas inquietudes como las de la educación y el medio ambiente.

Otra de las cuestiones que comparten muchas de las nuevas investigaciones es la de preocuparse de temas preventivos. Cristina Jenaro argumenta que esto es lógico, pues, «se entiende que cuesta menos prevenir que curar, también en la psicología», dice. «Un entorno saludable donde la gente no se deprima, es más barato que tratar una depresión que lleva muchos años», concluye.