

Edad cronológica VS edad biológica

Edad cronológica:

cantidad de tiempo que ha pasado desde el nacimiento de una persona.



Edad biológica:

estado real de su cuerpo, incluyendo su salud y cómo está envejeciendo, influenciado por factores como el estilo de vida, la genética y la salud.

Según la OMS la edad es un concepto lineal y que implica cambios continuos en las personas.¹

Diversos estudios han comprobado que **individuos que comparten una misma edad cronológica muestran trayectorias diferenciales en el declive funcional**. Por tanto, este concepto no es óptimo para estimar la edad de un organismo.²

La edad biológica **comienza a separarse de la edad cronológica cuando iniciamos nuestro camino por la vida**, debido a factores genéticos y factores externos como el estilo de vida.³

¿Cómo se determina la edad biológica de una persona?

La edad biológica, a diferencia de la edad cronológica, es la **determinación del estado estructural y funcional del organismo a lo largo del tiempo**.²

Su estimación se fundamenta en el estudio de **biomarcadores** que modulan la capacidad del individuo de interactuar con el ambiente durante el proceso de envejecimiento.²

Uno de esos biomarcadores puede ser, por ejemplo, **la tasa de acortamiento de los telómeros, los extremos de los cromosomas** que llevan la información genética en nuestras células.²

Figura: individuos adultos que comparten una misma edad cronológica y que presentan distintas edades biológicas.²

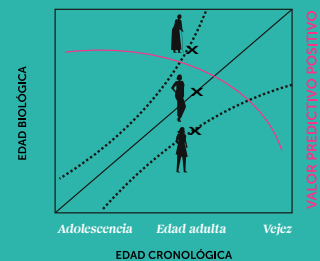


Figura extraída de J. Jylhävä et al. / EBioMedicine 2017.

Relación entre la edad y la fertilidad y los obstáculos biológicos y sociales para ser madres y padres⁴

En caso de problemas de fertilidad asociados a la edad avanzada, la preservación de la fertilidad desde edades tempranas permitirá reducir los ciclos fútiles cuando la mujer decida iniciar el proceso de reproducción asistida.⁴



Reserva ovárica con menos de 35 años.⁴



Reserva ovárica con más de 35 años.⁴

La edad avanzada de las mujeres con deseo reproductivo es la primera causa de incremento de la infertilidad y esterilidad en los países desarrollados.⁴

