Cahiers de Psychologie Politique

N° 19 | 2011
L'inconscient collectif Août 2011

Elogio de la Vejez y cuestionamientos diversos

Gustavo JIMÉNEZ-LAGOS

Édition électronique :
URL : https://cpp.numerev.com/articles/revue-19/1493-elogio-de-la-vejez-y-cuestionamientos-diversos
DOI : numerev_685
ISSN : 1776-274X
Date de publication : 24/08/2011

Cette publication est sous licence **CC BY-NC-ND** (Attribution - No commercial - No derivatives).

Pour **citer cette publication** : JIMÉNEZ-LAGOS, G. (2011) Elogio de la Vejez y cuestionamientos diversos. *Cahiers de Psychologie Politique*, (19). https://doi.org/10.34745/numerev_685

Mots-clés :

En una sociedad moderna “adicta” a la juventud[i], la belleza del cuerpo y al trabajo intensivo, los viejos son considerados como seres humanos obsoletos, prescindibles deprimidos y que es mejor aislarlos y muchas veces son abandonados o recluidos. Especialmente si han perdido la capacidad de valerse por si mismos. Hay contadas excepciones de viejos lucidos y resilientes, que no son una carga para nadie, sino un honor y deleite para muchos.

Viejo es como jubilado. No es sinónimo de decrepito ni inservible. Creemos en el ser humano como cuerpo, alma y espíritu. El cuerpo envejece y muerte, el alma muta y cambia y el Espíritu o chispa divina, no muere. La personalidad y la identidad se desintegra y el cuerpo como un vestido inservible, se lo comen los gusanos o se transforma en polvo. Firmemente lo veo así.

Hacemos referencia a una etapa de la vida que no siempre esta marcada por la declinación inevitable. Hay aun viejos luminosos y sabios e incluso de buena salud. Son la minoría por cierto. Con la vejez hay una triple declinación : la salud, los ingresos o patrimonio y el estatus social o declinación d el honor.

Viejos dependientes e independientes

Desde la visión de la salud hay dos grandes categoría de viejos. Los que han perdido su habilidad de ser auto valentes y son médicamente dependientes de otros para su cuidado y los independientes. De los que son independientes podríamos decir que a su vez hay dos categorías. Los que quieren disfrutar su vejez para hacer lo que les gusta, sus pasiones, sus obvies o aficiones —en español se llama la edad de jubilo—y se dedican a crecer y gozar de la vida Y por otro lado los que aun quieren devolver a la sociedad o la vida la sabiduría y tesoros adquiridos, haciendo trabajo en beneficio de la comunidad. Una categoría no excluye a la otra, hay viejos que disfrutan apoyando la comunidad. Si tienen una pensión buena o un buen pasar económico, hacen lo que aman : apoyar y ayudar a otros ; derivar su alegría y placeres de hacerlo.

Viejos benéficos y altruistas

Los viejos que no logran mantener su salud o su patrimonio, suelen declinar hacia la decrepitud, son ocultados o “sacados de la circulación” –se dice, para “no estorbar” por los adultos y confiando en asilos, hospitales o en cuartos de escasa exposición. Se los clasifica de manera peyorativa como “demente, deprimida y obsoleta” o locos por Alzheimer, pues no tienen la agilidad e los veintes o treinta años para “rendir”, laboralmente hablando. Hay hermosas excepciones en que son cuidados por sus familias, venerados por sus nietos y hasta pasados los 80 años se mantienen saludables y lucidos y auto valentes. Pero una mayoría cae en declinación por problemas de salud o mentales.

La vejez en sociedades tribales y arcaicas

Los “viejos” tribales eran casi todos sabios. Mera selección natural. La mayoría de los jóvenes varones guerreros morían en la guerra o de enfermedades. Los pocos que sobrevivían, reproducían una especie de pirámide demográfica : los pocos viejos sobrevivientes están en la cima. La selección natural los hacia recios, fuertes y sabios. Al decir de hoy—siglo XXI—eran una especie de Internet, Facebook, --con 660 millones de ínter nautas, el buscador universal Google, You Tube el sitio web de video digitales mas visitado, la enciclopedia en línea llamada Wikipedia y el sitio Amazon.com todo junto. Esos viejos tribales tenían buena salud, no muchas quejas. Era, en general muy flexible, por haber dirimido muchos conflictos, haber pasado muchas pruebas. Eran serenos, por haberse templado en muchas pruebas y falsos dilemas. Eran tolerantes, pues sabían que la diversidad hace los egos grandes del heroísmo desmesurado. Eran la memoria colectiva del clan : una enciclopedia de acedotas, a veces eran curanderos naturales, pues conocían muchas yerbas, pócimas y métodos curativos. Presidían ceremonias fúnebres, matrimoniales y ordenaban con su liderazgo a la comunidad.

En las sociedades tribales y pre industriales que han sido la mayoría por miles de años, las personas ansiaban llegar a viejas. Podían disfrutar, si sobrevivían de gran prestigio social, d e afecto de su comunidad, incluso de veneración. Aunque no existían sistemas de salud ni de pensiones como las hay en la modernidad, las personas viejas se retiraban para transmitir sus enseñanzas y para volver a la tierra de la que nacieron y alc ielod el que venimos, es decir, morir en paz. La muerte era recocida, no rehuida, y los viejos se preparaban concientemente para ella.

El quiebre demográfico moderno

Demográficamente hablando hace unos 6 años, con la retirada de las enfermedades infecciosas, la mejora de los sistemas sanitario, los avances de la medicina, hay mucha mas personas mayores jubilados o que superará los 70 años que antes. Los viejos dejaron de ser venerables y se transformaron en un “estorbo”. Aparte de lo que tienen una buena pensión o jubilación, una mayoría es obligada a vivir en asilos, hospitales, pocilgas y unos pocos aun viven con sus hijos o a parientes. La sociedad no sabe qué hacer con ellos, así que muchas veces los “olvida”, es decir los abandona en la parte final de su vida.

No es apropiado hacer ciencia-ficción en este ensayo .Simplemente resumiremos hechos globales as saber :

A. Han disminuido las enfermedades infecciosas humanas y aumentado las enfermedades metabólicas

B. Se extiende la vida promedio cada vez mas, auxiliada por la alimentación, el ejercicio, los transplantes biológicos y biónicos, la cirugía y demás.

C. Se ha estado aumentando la edad de jubilación en países europeos y en América, para hacer frente a una inevitable quiebra o drástica modificación de los sistemas sociales de pensiones. Mas allá de los 65 años en algunos países (España) y de 60 en otros (Francia)

D. Se trata de descubrir, implementar y socializar cuales son las capacidades laborales residuales de los viejos mayores de 65 años, que puedan apoyar su propio sustento, posiblemente trabajando desde su casa, hospital, o asilo, a través de redes sociales o formas virtuales de Internet. Aun están por implementar masivamente. Un esquema y sistema así, aliviaría los fondos de pensiones y daría a los viejos, una posibilidad de auto financiar su largo y costoso cuidado senil. El sistema del micro-pago, como las aplicaciones (“apps en ingles ingles) puede ser una salida social y económicamente viable.

Tareas psicológicas de la vejezii en la sociedad industrial

Toda clasificación, es en cierta medida arbitraria. La siguiente me parece adecuada a los propósitos de este ensayo. Las tareas psicológicas de la vejez pueden resumirse en estos acápites :

- Lentificarse
- Revisar y apreciar lo vivido

- Transmisión a la próxima generación
- Soltar y despedirse

Veámoslo someramente. *Lentificarse*. Biológicamente esta probado que los tiempos de reacción muscular y de coordinación y de los órganos sensoriales se lentifican con la edad. No quiere decir que las personas son menos perceptivas, solo q reaccionan corporalmente mas lento que un joven de 20 años. Pero psicológicamente disminuye la ansiedad, la agitación y al ser el horizonte vital más cercano y estrecho, la persona disminuye su preocupación por el futuro. Aparte de la muerte que se le aparece como inevitable y cada vez más inminente, no suelen tener muchas preocupaciones si estad sanos. Es un proceso muy lento que comienza a los treinta años y se va acentuando cada década. Cuando esto es extremo, puede llegar a tomar diez minutos abrocharse la camisa o media hora ir al baño. Esto a un joven, suele exasperarlo y muchas veces sacarlo d e quicio[iii].

Revisar y apreciar lo vivido se refiere a que la persona evalúa su pasado, si historia y su tiempo vivido y posiblemente comienza a extraer lecciones, volcándose hacia la sabiduría de enmendar errores, daños hechos y apreciar lo acertado d e ciertas decisiones de vida.

Transmisión a la próxima generación : Cuando se da la posibilidad de ser incluidos en la comunidad, los hijos, nietos, o bisnietos aprecian las lecciones del “abuelo”. Cuando esto no ocurre, hay en general frustración y a veces aislamiento y ensimismamiento hacia el pasado.

Soltar y despedirse se da naturalmente de ya no estar laboralmente activo. La persona se ve forzada a superar las aspiraciones mas elocuentes de un ego social, el honro y el prestigio, los cargos y títulos que tuvo por tantos años. Si esto ocurre de forma natural hay paz, si es resistido, suelen ocurrir irritabilidad, frustración, a veces rabia y ansiedad y muchas veces depresión.

Tres declinaciones de la vejez tradicional

Con la vejez hay declinación evidente. Corporal por un lado la salud o fuerza vital se resiente, el cuerpo es preso de enfermedades crónicas más seguidas. Por otra parte hay declinación psicológico : ansiedad, olvido cada vez mas frecuente y desorientación temporo-espacial (no saber bien dónde se esta). Para los viejos que sobreviven las enfermedades infecciosas (tifus, difteria, tuberculosis, malaria, etc.) muchas veces le sobrevienen las enfermedades llamadas metabólicas como diabetes, hipertensión, y aquellas derivadas del estilo sedentario y apurado de vida : hipertensión crónica, stress crónico, osteoporosis, cáncer y sobrepeso y obesidad. Particularmente agudo es la hipertensión y los accidentes cerebro vasculares y del corazón, que por estrés crónico, suelen ser una causa de muerte altamente prevalerte en las sociedades

industrializadas.

No todo es negro. Si a la persona se cuida, hace ejercicios, cuida su alimentación en forma estricta, si además se agrega un estilo reposado, no excesivamente sedentario y con inserción en la comunidad, las personas mantienen una alta calidad e su vida. Incluso suele enfermar pocoiv

1. *Atención sostenida* cuando no hay deterioro cognitivo.

2. *Perseverancia, responsabilidad disciplinada* para completar una tarea encomendada

3. *Flexibilidad social para recibir criticas*—cunado no hay deterioro—y corregir errores de ejecución o laborales. Relaciones sociales mas fluidas.

Todas estas capacidades residuales indican que hay un potencial social y laboral enorme en los viejos no deteriorados y auto valentes. Aunque su jornada laboral deba ser más corta que la jornada completa—pues se fatigan con más facilidad, su rendimiento o productividad puede ser notable.

Diabéticos e hipertensos en relación à la vejez

La diabetes no es una enfermedad de la vejez, *per se,* aunque afecta masivamente a personas mayores de 60 años, en la epidemiología medica moderna**.**

Según estimaciones de la Singularity University al año 2010, había unos 4.000 millones de celulares en el mundo (2/3 de la población mundial) La mayoría no esta conectado a Internet. Según programa preliminares del Banco Interamericano d el Desarrollo --BID-- y del Instituto d e Salud Carlos Slim d e México (Unos de los millonario mas ricos del mundo y dueño d e Telmex) es posible hacer seguimiento a los diabéticos, remotamente. La diabetes es una enfermedad metabólica de insuficiente regulación se la insulina en el cuerpo o exceso o falta de azúcar en la sangre que puede tener efectos morales y que presiona gravemente los presupuestos de salud. Por ello es una enfermedad que requiere una política pública.

La atención medica tradicional ya no basta. Según estimaciones del BID un 50 % de los pacientes nos e controla regularmente o no sabe que la padece. Luego al llegar tardíamente a “consultar” o atenderse al sistema públicos de salud, llegan en condiciones deplorables, presiona la urgencia hospitalaria de los sistemas públicos, a veces con consecuencia fatales. Conectar los celulares a los centros médicos públicos y privados, seria una solución para millones de personas, a bajo costo. Es una solución parcial pero que permitiría atender remotamente a millones de personas a bajos costros. Salvarais vida y mejoraría la calidad de vida de millones.

La vejez en un mundo ultra conectado y que adora la juventud

Al parecer, en un mundo ultra conectados a los medio, la TV, Internet y los silicios sociales, los viejos no tienen nada que hacer, porque no son altamente productivos y se los declara obsoletos tecnologías y laborales tempranamente. Pero ¿que pueden ofrecer a esta sociedad que los arrincona por obsoletos ? ¿pueden aportar algo valioso a la sociedad —desde el punto de vista del mercado ?

[i] Un video de “Lady Gaga” considerada por algunos “Reina del Pop Music” tiene mas de 300 milloens de visitas en You Tube, habla por si mismo. El “Hombre del año” en USA, es el creador de la red Social Facebook, Mac Zuckenberg un millonario menor de 30 años.

[ii] The Psychological Tasks of Old Age, Victoria Fitch. En Naropa Institute of Psychology. Boulder, Colorado, circa 1977

[iii] Ibid.

[iv] The Secrets of people who Never Get Sick, Gene Stone, 2010

An Epidemic of Loneliness (Una Epidemia de Soledad) . Artiticulo publicado en la revista medica inglesa “The Lancet” British medical Journal 2010.

Power Living

Lady Gaga Web You Tube 2010.

Facebook y Man of the Year de estaos Unidos 2010 Marc Zuckenberg Creador de la Red Social Facebook. Que al año 2010, declarada 600 milloens de conectados en Internet.

Angeles Arrien The Second Part of Life

El Libro de Gene Stone : The Secrets of people who never get sick muestra que hay personas que raramente se enferman

The Shaking Woman by Siri Hustvedt

Singularitu Univertsity. Entrevista a Durector, publicada en El Mercurio de Santiago d e Chile, 21 Noviembre de 2010.

Espera en horas en salas de urgencia en países como USA.