



OTRAS COMUNICACIONES
ALGO MÁS QUE CIENCIA
La vejez

ALGO MÁS QUE CIENCIA

LA VEJEZ

*Es irónico, ¿no? Con toda esta magnífica tecnología, seguimos siendo susceptibles a los estragos de la vejez... a la pérdida de la dignidad... a la lenta traición de nuestros cuerpos por fuerzas que no podemos controlar.
Capitán Jean-Luc Picard, Star Trek: Picard*

¿Qué significa envejecer? ¿Cuál es la actitud de la sociedad hacia la vejez? Dos preguntas complejas cuyas respuestas no son ni sencillas ni absolutas. Lo único cierto con relación a la vejez es que todos los seres vivos envejecemos, pero no todos lo hacemos de la misma forma.

En el magnífico ensayo *La vejez*, Simone de Beauvoir (1970) aborda el concepto de vejez y revisa la forma en que la sociedad se ha relacionado con los ancianos en diferentes culturas a lo largo de la historia. Su recorrido va desde las civilizaciones más antiguas hasta un poco más allá de la mitad del Siglo XX. La autora analiza esta relación bajo la óptica de disciplinas tan disímiles como la biología, la etnología, la historia, y la sociología. Revisa el concepto de vejez, describe la forma en que diferentes grupos sociales han visto a los individuos viejos y cómo se han relacionado con ellos. También ahonda en lo que la mente y el cuerpo añejos experimentan con el paso del tiempo. A lo largo de su ensayo, Beauvoir hace una crítica implacable a la forma en que la sociedad, en general, y los diferentes sistemas políticos y socioeconómicos, en particular, conciben y gestionan la vejez. Finalmente, la autora invita a sus lectores a cambiar su forma de ver y concebir a la vejez.

La primera reflexión de Beauvoir es sobre la relación de la vejez con el paso del tiempo y sus efectos en el cuerpo humano; pero, puntualiza, ser viejo significa cosas diferentes en sociedades y contextos diferentes. Así, dice ella, seguramente que en las sociedades más antiguas un individuo era considerado viejo cuando debido al paso del tiempo perdía su fortaleza física y en consecuencia ya no podía contribuir al bienestar de la comunidad. En

contraste, dice ella, es muy probable que un atleta de alto rendimiento empiece a sentirse viejo o vieja a edades muy tempranas, en el momento mismo en que pierde un torneo o competencia importante.

Entonces, ¿cómo definir a la vejez? ¿Por el paso del tiempo o por la pérdida de ciertas habilidades o facultades? De acuerdo con la OMS, desde el punto de vista de la biología, el envejecimiento "es el resultado de la acumulación de una gran variedad de daños moleculares y celulares a lo largo del tiempo, lo que lleva a un descenso gradual de las capacidades físicas y mentales, a un mayor riesgo de enfermedad y, en última instancia, a la muerte". Sin embargo, apunta Beauvoir, estos cambios no son ni lineales ni uniformes, de ahí que frecuentemente la edad cronológica y la edad biológica no coincidan. En los humanos en particular, el ritmo y el grado de afectación de estos cambios está íntimamente asociado a la experiencia de vida de cada individuo, por lo que no se puede hablar de la vejez como un fenómeno único.

En la primera parte de su ensayo, la autora describe con sumo detalle los cambios fisiológicos que el cuerpo humano experimenta con el paso del tiempo, y señala cómo la vejez impacta de manera diferente al organismo femenino y al masculino. Estos cambios también afectan el funcionamiento del cerebro; en consecuencia, con el paso del tiempo, los procesos cognitivos son menos eficientes. Estas facultades se desarrollan progresivamente desde la infancia hasta los 20 o 25 años, cuando se estabilizan; pero sin estímulos intelectuales apropiados, éstas empiezan a declinar rápidamente alrededor de los 60. Sin embargo, dice Beauvoir, tenemos ejemplos de hombres y mujeres que a edades avanzadas han

realizado contribuciones sorprendes en áreas tan variadas como la política, la ciencia, el arte o la cultura.

Beauvoir revisa la forma en que el concepto de vejez ha sido concebido y tratado por la ciencia a lo largo de la historia. Su trabajo va desde las teorías de Hipócrates en la Grecia antigua, hasta el desarrollo de la geriatría, especialidad que trata las afecciones médicas consecuencia de la vejez; y la gerontología, especialidad que estudia el proceso de envejecimiento en sí mismo y que no se limita a analizar el aspecto biológico del fenómeno, sino que estudia el efecto de las condiciones socioeconómicas, psicológicas, políticas y culturales del entorno en que ocurre el proceso de envejecimiento. El campo de acción de la gerontología coincide con la propuesta de la autora: la vejez no es una enfermedad que debe ser curada, es un proceso inherente a la vida, un fenómeno multifactorial, un constructo social que puede ser modificado para bien de la humanidad.

La autora también revisa la forma en la cual la sociedad ha visto a la vejez a lo largo de la historia. Ella menciona culturas en las cuales se valoraba y respetaba a los ancianos; por ejemplo, en la Grecia y la Roma antiguas, donde se consideraba que su experiencia de vida les confería sabiduría. En la historia de estas culturas se pueden encontrar evidencias de ancianos que participaban activamente en la política aportando consejos o creando leyes, o colaboraban en la educación de los jóvenes. Pero Beauvoir también presenta evidencias de lo contrario. Ella refiere ejemplos de sociedades que veían a los viejos como una carga y por lo tanto los trataban con indiferencia, incluso con crueldad.

La autora no es optimista respecto a la condición de los viejos en la sociedad de su tiempo, hacia finales del Siglo XX, cuando se publicó este ensayo. En su opinión, sistemas económicos como el capitalismo ve a los humanos como mercancía, como recursos que pueden y deben ser usados para producir riqueza. Conforme envejece, el humano es menos productivo y, por lo tanto, mantenerlo en un empleo reduce el margen de ganancia para las empresas, razón por la cual se promueve el retiro temprano. La percepción del ser humano como un recurso aprovechable y desechable es un tanto diferente en los sistemas socialistas, donde las condiciones de vida son un poco mejores en algunos aspectos. Sin embargo, en opinión de la autora, hasta ahora ningún sistema ofrece cambios positivos profundos respecto a la vejez. Las luchas obreras y los sindicatos han conseguido algunas mejoras para sus agremiados, pero éstas tienen efectos positivos mientras los trabajadores son productivos; los beneficios que apliquen para los jubilados son práctica-


mente inexistentes. Finalmente, para los gobiernos, los viejos también son una carga, entre otras razones, debido a que el costo de la seguridad social necesaria para atender a este grupo de la población es cada vez más significativo para el erario.

Algunos datos para validar la actualidad de la opinión de Beauvoir: de acuerdo con la OMS (Envejecimiento y salud, octubre 1, 2024), actualmente el ritmo de envejecimiento de la población en el mundo es mucho más rápido que en el pasado. En 2020, el número de personas de 60 años o más superó al número de niños menores de cinco años. Se estima que entre 2015 y 2050, el porcentaje de los habitantes del planeta mayores de 60 años casi se duplicará (irá del 12% al 22%), por esta razón, los países están enfrentando retos importantes para garantizar que sus sistemas de salud y de asistencia social estén preparados para afrontar ese cambio demográfico. En este momento, los países con mejores condiciones económicas tienen un número mayor de personas de más de 60 años. Esto se explica porque seguramente estas personas tuvieron mejores condiciones de vida (mejor nutrición, mejor atención a la salud) en su niñez y juventud y en consecuencia, tienen vidas más saludables y longevas. Sin embargo, la OMS estima que en 2050, el 80% de las personas mayores (de 60 años) vivirá en países de ingresos bajos y medianos; entonces es previsible que debido a las carencias durante su desarrollo, esta población tendrá una salud deteriorada y por lo tanto se requieran más recursos para atenderla.

Por otro lado, Beauvoir hace hincapié en que la sociedad del último tercio del Siglo XX, especialmente en las culturas occidentales, asociaba la vejez con fragilidad y dependencia, lo que generaba rechazo a esta etapa de la vida. En opinión de la autora, la sociedad de su tiempo sobrevaloraba la juventud y la productividad; en consecuencia, ignoraba a los viejos y despreciaba sus conocimientos, sus habilidades, y su sabiduría.

Lamentablemente, de acuerdo con la OMS, esta actitud prevalece en la actualidad, de ahí que la Organización de las Naciones Unidas haya puesto en marcha el programa "La Década del Envejecimiento Saludable (2021-2030)". El propósito de este programa es erradicar actitudes edadistas respecto al adulto mayor, como la idea de que los viejos son una carga, entre otras; invita a los estados a formular políticas públicas que fomenten el desarrollo de las capacidades de las personas mayores y a crear espacios para aprovecharlas; propone implementar programas de apoyo que respondan a las necesidades del adulto mayor y crear oportunidades para que disfruten de un envejecimiento saludable.

A lo largo de su ensayo, Beauvoir manifiesta una profunda preocupación por lo mucho que la humanidad ha perdido al no haber creado oportunidades de intercambio generacional e insiste en que la vejez no debe ser ni temida ni negada, sino que debe ser aceptada como una etapa natural de la vida con sus muy particulares retos y oportunidades. Quizá resulta alentador saber que la ciencia ha logrado entender parte del proceso de envejecimiento y que incluso haya podido ralentizar su evolución, pero mantener un cuerpo "joven" por más tiempo no garantiza lograr una vida mejor. En una sociedad ideal, dice Beauvoir, los seres humanos nunca se sentirían acabados debido a la vejez porque siempre habría oportunidad para estar activos y seguirían siendo útiles. Mientras eso sucede, dice la autora, quizá el único antídoto para evitar la alienación en que viven muchos viejos es una medida preventiva y una determinación individual: vivir una juventud y una

madurez plena de experiencias que nutran al cuerpo y al espíritu, desarrollar el gusto por pasiones que perduren más allá de los años considerados productivos, pasiones que constantemente renueven en los viejos el deseo de mantenerse activos, de perseguir fines que den sentido a su existencia. Respecto a la sociedad, Beauvoir insiste en que deberíamos hacer lo necesario para crear un entorno en donde las personas puedan envejecer con dignidad, que transiten por la vejez con un sentimiento de plenitud, propósito y pertenencia. 

Rosa María Lozano Ortigosa
Edición de Estilo de la REB
rosamaria_lozano@hotmail.com



Simone de Beauvoir (París, 1908-1986), fue filósofa, profesora, escritora y activista incansable en favor de los derechos humanos. Figura relevante del movimiento existencialista, su legado sigue siendo una inspiración para el pensamiento crítico y la lucha por la igualdad de género. Escribió novelas, ensayos, biografías y monografías sobre temas políticos, sociales y filosóficos. Entre sus obras más conocidos están *El segundo sexo*, clásico ineludible en la historia del feminismo, y *La Vejez*, obra en la que reflexiona profundamente sobre la situación de los viejos en la sociedad.

Materiales consultados:

The coming of age (La vejez), de Beauvoir, Simone, W. W. Norton & Company (1 junio 1996)
ISBN-10: 039331443X, ISBN-13: 978-0393314434

Organización Mundial de la Salud, Envejecimiento y salud, octubre 1, 2024
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>

Organización Mundial de la Salud, Década del Envejecimiento Saludable (2021-2030)
<https://www.who.int/es/initiatives/decade-of-healthy-ageing>

Organización Mundial de la Salud, El edadismo es un problema mundial, marzo 18, 2021
<https://www.who.int/es/news/item/18-03-2021-ageism-is-a-global-challenge-un>