

## EPIDEMIOLOGIA DEL ENVEJECIMIENTO\*

Dr. Fernando Portocarrero

### Defensa en favor de la preparación de la Jubilación

Los cursos de preparación a la jubilación benefician de una larga experiencia. Parece difícil admitir que el desarrollo masivo del sistema de jubilación no haya provocado ciertas modificaciones en el comportamiento de los individuos. La introducción y el desarrollo de este sistema representa, en efecto, un gran cambio en el medio económico dentro del cual se mueven los individuos que es posible admitir a priori un cierto número de alternativas fundamentales que las personas deben efectuar durante su ciclo de vida y han sido profundamente influenciadas.

Es necesario recordar, al respecto, que una de las razones que condujeron a la instauración del sistema de jubilación fue la voluntad de transformar el comportamiento de los individuos.

En efecto, los comportamientos espontáneos no parecían dirigirse hacia una situación socialmente estable y deseable, caracterizada principalmente por la presencia constante de una pobreza alarmante en los ancianos.

### Consecuencias psicosociales del envejecimiento

Parece que algo aconteciera en esta etapa de la vida como aquello que sucedió algunas décadas de años antes durante la infancia. De tal manera que ha sido necesario inventar todo: métodos de análisis, nuevos conceptos y vocabularios. No estaremos cometiendo este mismo error cuando queremos comprender la edad y la vejez, tratando de una manera fácil de aplicar a nuestros conocimientos sobre el hombre adulto un coeficiente de disminución: el anciano ve y escucha menos, reacciona más lentamente.

En la actualidad, cuando muchas personas van a tener la posibilidad de llegar a esta etapa de la vida, dicho análisis no es suficiente. ¿Acaso este período de la vida es una etapa de sentido amplio o por el contrario una etapa en disminución?

Así como a un niño le es difícil percibir los problemas de la adolescencia, o las pasiones de la edad adulta, pensamos que es difícil tener una idea exacta de la vejez si no la hemos vivido.

Creemos que esta etapa de la vida requiere tanta imaginación, creatividad, coraje, como las otras etapas. No es una etapa de descuentos, por lo que es necesario ampliar los métodos de análisis si queremos tener la suerte de descubrirla.

---

\* Resumen de la lección dictada en el curso de "Gerontología y Geriatria", en la Sección Post-grado de la Facultad de Psicología de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.

Nuestro proyecto no consiste en trazar una sicología del envejecimiento, sino más bien en describir la dinámica interior de los ancianos.

He reagrupado lo mencionado alrededor de tres tipos de reflexiones:

- El mal de envejecer
- El tiempo
- La jubilación

### El mal de envejecer

La impresión de salud proviene de una suerte de percepción interna, dinámica, de un equilibrio que nos permite gozar con beneplácito de las posibilidades que ofrece la vida, dentro de nuestra experiencia corporal, afectiva, intelectual, familiar o social.

Durante el transcurso del envejecimiento se produce una reestructuración de todas estas experiencias, de tal manera que esta dinámica llega a detenerse.

Cuando escuchamos la conversación de las personas que envejecen, acerca de la salud, nos parece que estamos frente a dos tipos de comportamiento, dos prácticas que tienen su lógica interna, su coherencia y que son perfectamente simétricas.

1. La primera lógica puede expresarse así:

Toda dificultad de vida de una persona durante el envejecimiento, debe ser objeto de un tratamiento médico o psiquiátrico.

Todavía no se ha encontrado un suero anti-envejecimiento, aunque ciertos tratamientos tengan como objetivo mantener una eterna juventud.

En la consulta médica una cosa es segura: para ser escuchado es necesario un síntoma. Si no existe un síntoma, no hay médico ni apoyo.

2. La segunda lógica podría expresarse así:

Toda dificultad de vida de una persona durante el envejecimiento es tan normal, natural o inevitable que debemos darle poca importancia, por lo que nos parece inútil dedicarle cierto tiempo para buscar soluciones.

El acostumbamiento y la resignación frente a los problemas que acompañan algunas veces al envejecimiento, son quizás mucho más catastróficos que la excesiva medicación.

### El tiempo

Ser viejo significa ser el que ha almacenado el tiempo. Es también haber entrado a una etapa en donde el tiempo no aparece más como un dato definitivo.

El tiempo es como el aire que respiramos, no lo percibimos hasta el

momento en que nos falta.

Comienza pues un largo aprendizaje, aquel de la experiencia de la acción sobre el tiempo.

El recién nacido vive una experiencia de mucho poder, el que por sus gritos, por su voluntad de resistencia a los deseos de sus padres cuando lo sientan en el bacín, aprende que el tiempo se construye a través de la acción que ejerce: "El tiempo me construye y yo construyo al tiempo".

### El acontecimiento de la jubilación.

La sociedad que durante una vida ha organizado la movilización de las fuerzas vitales de un hombre alrededor de un proyecto social prioritariamente enmarcado dentro del trabajo y de la familia, anuncia bruscamente dos novedades: Yo sociedad, no tengo actualmente los proyectos para ti; ahora no tengo necesidad de ti. Ocúpate de ti mismo como mejor te parezca.

En este momento en que arraiga un profundo sentimiento de inutilidad, mucha gente necesitará varios años para superarlo. Este sentimiento compromete la movilización de fuerzas vitales indispensables para poder pasar la crisis de la jubilación.