

EL ANCIANO Y LA SOCIEDAD*

Alejandro Falcón Lescano

Como todos los seres vivos que habitan la Tierra, los seres humanos estamos obligados a cumplir un ciclo biológico que posee un inicio y tiene un término. Las leyes de la vida deben cumplirse inexorablemente, lo cual significa que llegado el momento, debemos rendir la nuestra cumpliendo así un mandato de la naturaleza. Sin embargo, solamente la especie humana ha adquirido conciencia de este fenómeno y por lo tanto, ha luchado denodadamente a lo largo de la historia, para vencer a la enfermedad y prolongar la vida. Algunos más ambiciosos u optimistas, han tratado de encontrar las fuentes de la eterna juventud. Esto explica, que tanto la enfermedad-- que puede conducirnos a la muerte--, como el envejecimiento, hayan sido objeto, no sólo de madura reflexión a través de los siglos, sino también, de los mayores esfuerzos de quienes, como nosotros los médicos, hemos dedicado nuestra existencia a velar por la salud de la humanidad y también a procurar que la vejez discurra serena, productiva y enriquecedora. De esta actitud es testigo la historia pues los antropólogos han demostrado que ya el hombre primitivo-- dentro de sus posibilidades-- cuidaba con solicitud a sus enfermos y ancianos. De allí en adelante, los avances en este campo han ido sucediéndose en forma paulatina pero firme hasta nuestros días. Bástenos pensar que si la expectativa de vida era a principios de la Era Cristiana de 25 años, los seres humanos de hoy, en los países más adelantados tienen una expectativa que para los hombres es de 81 años y de 85 si son de sexo femenino. En la Comunidad Europea, uno de cada ocho ciudadanos, pasa de los 65 años de edad. Esto significa que cuatro generaciones conviven, con todos los problemas que una pirámide poblacional de este tipo, genera en una sociedad. Si a esto añadimos una marcada disminución de la natalidad, tendremos un panorama todavía más complejo; de un lado los ancianos viven más debido a los avances de la medicina y las ciencias sociales y a que los niños disminuyen en número, merced a una política Neo-Malthusianista, que no defiende aquello que Juan Pablo II ha denominado con acierto, "cultura de la vida". - Estos fenómenos también se dan por supuesto, en los países en vía de desarrollo, como el nuestro, aunque las cifras lógicamente sean distintas. Al hablar de vejez, los latinos solían afirmar: "Ipsa senectus morbus est", que en buen romance, significa: "la vejez es en sí misma, enfermedad". Lógicamente esta expresión no tiene validez ahora. Hemos avanzado mucho en el campo científico y técnico de un lado, aunque menos en los aspectos psicológicos y sociales que atañen a la ancianidad.

CAUSAS DEL ENVEJECIMIENTO

Nadie sabe en la actualidad cuáles son las causas reales de este proceso, aunque se vislumbran muchos datos de extraordinaria importancia. Algunos señalan que el proceso de envejecimiento se inicia en el momento de la concepción; otros que éste comienza a los 30 años de edad, criterios por supuesto discutibles, en tanto que la ciencia no avance lo suficiente como

* Discurso pronunciado por el Dr. Alejandro Falcón Lescano, con motivo de la Inauguración del V Curso Nacional de la Sociedad de Gerontología y Geriátrica del Perú - Filial Trujillo

para proporcionarnos datos confiables y definitivos. Se sabe sin embargo actualmente que el problema del cual nos ocupamos, en términos muy generales, está regido por: a) por leyes orgánicas que comandan los procesos degenerativos a nivel molecular, y b) por un programa genético individual, que se complementa e inter-actúan en forma recíproca. Estos fenómenos a nivel celular de un lado y de genes a nivel del DNA de otro, investigados en profundidad, deben brindar a la ciencia, una comprensión más adecuada de lo que ahora se conoce sobre este fenómeno de la vida. Podemos adelantar sin embargo, que existen tres teorías que pretenden explicar el proceso de la senectud: 1) la teoría del colágeno o proceso degenerativo del mesénquima (tejido de sostén de todas las estructuras y órganos de la economía humana); b) la teoría del control que sobre el organismo ejercen tanto el sistema nervioso central (comunicaciones) como los sistemas hormonal e inmunológicos (alerta y respuesta ante la agresión interna o externa); y finalmente, 3) la teoría de los radicales libres, moléculas que por la enorme capacidad que poseen de ceder oxígeno activo (fenómeno de "oxidación"), propician y aceleran los mecanismos biológicos que caracterizan la vejez. El organismo se ve obligado entonces, a utilizar "anti-oxidantes", capaces de contrarrestar el fenómeno deletéreo de la "oxidación". Aparte de estas teorías, los científicos creen haber identificado en el cromosoma uno, un gen (gerontogen) que preside los eventos de este largo y complejo proceso biológico. el camino que tenemos por delante, es todavía, áspero y difícil.

GERONTOLOGIA Y GERIATRIA

La Gerontología es la ciencia que se ocupa del estudio biológico de la senescencia; en cambio, la Geriatria es la especialidad médica que lo hace de los pacientes concretos, tanto del punto de vista clínico, como psicológico y social. En relación a esta segunda disciplina, tengo la impresión que no se le ha otorgado la atención que ella merece. Para dar un ejemplo, quisiera recordar que la primera cátedra de Pediatría la fundó Girolamo Mercurialis en la Universidad de Bologna, al promediar el siglo XVI. En nuestro país, hasta donde conozco, no existen cátedras de dicha materia, no se hace internado de Geriatria, y son contados los cursos de post-grado o residentados en Geriatria. Esta situación habla mucho mejor que cualquier esfuerzo retórico acerca del real abandono en que se encuentran la mayoría de las personas de edad avanzada. Sin embargo, creo firmemente que las autoridades que dirigen nuestras escuelas médicas, pueden de inmediato corregir esta situación, en bien de la comunidad. Es menester además, señalar muy claramente, que la calidad de vida de un país civilizado, se mide también, por el cuidado que el Estado y la sociedad, brindan al niño y al anciano. Un categórico imperativo moral, nos obliga a modificar esta situación, cuanto antes. El tiempo no perdona.

ANCIANO SANO Y ANCIANO ENFERMO

El ser humano que con el paso de los años se mantiene en buenas condiciones de salud, debe ser considerado como persona normal. Bien es cierto que algunas de sus facultades presenten cierta mengua, pero éstas, pueden ser compesadas suficientemente, sobre todo, si las condiciones que rodean a la persona, son favorables. Entre ellas vale la pena señalar, un mayor sentido moral, una actitud más pragmática y equilibrada, los beneficios que brinda la expe-

riencia acumulada -- a veces insustituible --, y sobre todo, todos aquellos ideales o metas que cada hombre alberga en lo más íntimo de su espíritu. Ideales de investigación, de belleza y de compromiso y solidaridad humanas. Ejemplos de hombres y mujeres ancianos que laboraron con desnudo hasta sus últimos días, brillan a lo largo de la historia. Séanos permitido mencionar algunos de ellos: Platón, San Agustín, Miguel Angel, Bartolomé de las Casas, Galileo, Morgagni, Kant, Pasteur, Lister, Ramón y Cajal, Bergson, Casals, Picasso, Menéndez Pidal, Siqueiros, Schweitzer, Borges, Madame Curie, Golda Meier, Helen Keller y Gabriela Mistral; y en nuestra patria, Palma, Castilla, Haya de la Torre, Tello, Luis Valcárcel, Honorio Delgado, Trelles, Monge, Vargas Ugarte y muchos más. Todavía están con nosotros, seres de extraordinario valor que siguen laborando infatigablemente como Ernesto Sábato, Paz, Bioy Casares, Cela y entre nosotros, Luis Alberto Sánchez, Winternitz, Seguín, Aurelio Miró-Quesada y María Reiche, que honran a la humanidad.-

Pero al lado de estas personas, en cierto modo privilegiadas, que han llegado a la ancianidad en buen estado de salud, está el problema de aquellos a los que la enfermedad ha postrado dolorosamente. Bástenos leer el extraordinario libro de Merguerite Yourcenar, "Memorias de Adriano" para darnos cuenta cabal, una vez más, de cómo la enfermedad vulnera y destruye al anciano. Esta descripción vale posiblemente por muchas historias clínicas. Estos por lo tanto, requieren de una atención preferente y del apoyo solidario del Estado de la sociedad toda. Solamente así la humanidad podrá alcanzar la meta moral que le corresponde.

EL ANCIANO Y LA SOCIEDAD

El anciano pertenece a una sociedad determinada; ella debe por lo tanto, cuidar tres aspectos determinantes:

a) Aspecto biológico.- Vigilar estrechamente la salud de la persona de edad, es uno de los imperativos más importantes de cualquier programa bien elaborado de salud pública. Se basa principalmente en el suministro de una alimentación adecuada, ejercicio físico, ocupación acorde con sus aptitudes, recreación y control médico periódico, de tal modo, que ninguna carencia o exceso perturbe el proceso fisiológico de su organismo.

b) Aspecto psicológico.- Bajo este rubro, es indispensable proporcionar a quien llega a la vejez, estímulos psicológicos permanentes que mantengan vivo el interés por su propia persona y su entorno. Uno de los peores males que aflige a nuestra sociedad-- y también a las más avanzadas--, es la llamada "carencia afectiva" de la cual padecen muchos de nuestros ancianos. Tener solamente bienes materiales, no ayuda en nada. Debe asimismo, estimularse la producción intelectual y material de diversa índole proporcionándole los medios apropiados para mantenerla viva e incrementarla paulatinamente. El deseo de vivir y de servir, el ejercicio de la inteligencia y la productividad, es como se sabe, un poderoso estímulo, como ha sido ampliamente demostrado. Una buena disposición de ánimo es uno de los principales ingredientes de una vida serena y enriquecedora. Nos lo recuerda don Santiago Ramón y Cajal en su hermoso ensayo "El mundo visto a los ochenta años".

c) Aspecto social.- El hombre es un ser social por naturaleza, desde que nace hasta que muere. El Estado y la comunidad deben brindarle un ambiente propicio y acogedor, un mí-

nimo de seguridad económica y la asistencia social y de orden médico que sean necesarios, de tal manera, que su vida discurra sin sobresaltos, equilibrada y serena, Hay que agregar también, que la familia **nuclear** de antaño que cobijaba a la sombra de un mismo techo a muchos de sus miembros, era **positiva** y más plena. La familia **celular** que predomina en la actualidad, fragmenta la familia, la dispersa tal vez de modo prematuro, sobre todo, si a este fenómeno, añadimos uno muy difundido y actual, el de la emigración de los hijos, que muchas veces olvidan definitivamente a sus padres. Es también conveniente, buscar oportunamente, antes de la jubilación, una actividad sustitutoria para el anciano, para que ésta no cercene de modo tan abrupto, la actividad que dicha persona tenía anteriormente y a la cual se había adaptado a lo largo de su vida. Esta es la mejor profilaxia contra el desaliento y la sensación de inutilidad que abruma a muchos de nuestros ancianos. Es reconfortante para el hombre, saberse necesario y útil. finalmente, no olvidemos que merced a la jubilación, es muchas veces posible realizar algo que se ambicionó siempre y que la rutina de la vida no lo permitió.

Consideraciones Finales

Plinio el Viejo decía: "La vida no es algo deseable para prolongarla a cualquier costo"; y Séneca afirmaba: "El sabio vive cuanto debe, no cuanto puede", expresión muy comprensible en un estoico. Sin embargo, el tiempo no ha transcurrido en vano. Hace poco, Edward Schneider, biólogo de reconocido prestigio, señala: "hay que intentar añadir vida a los años y no años a la vida". En otros términos, enriquecer la vida en el mundo de los valores, en la ascensión ética a la cual estamos llamados. Para terminar esta apretada síntesis, séame permitido recomendar un diálogo que en los últimos días de su vida, escribió Marco Tulio Cicerón: De senectute (De la Vejez). Allí, con profunda sinceridad dice "que no sólo me ha quitado el escribirle todas las molestias de la vejez, sino que la ha vuelto dulce y agradable". En este libro, nos aconseja, una vida creativa y dinámica, el ejercicio permanente de la memoria, que por este mismo motivo se conserva intacta, el trabajo físico e intelectual según las posibilidades individuales (recomienda preferentemente la agricultura), la moderación en la mesa y sobre todo, la práctica de la virtud, para concluir diciendo, que la calidad de vejez que cada uno llega a tener, no es otra cosa que el reflejo fidedigno de las costumbres que uno ejercitó durante toda su vida. Poco podemos agregar a tan valiosos como olvidados consejos, pero sí, hacerlos más fructíferos a través de los adelantos que la Medicina pone en nuestras manos y por supuesto, con el firme deseo de cumplir a cabalidad, el ideal hipocrático que todos llevamos en lo más íntimo de nuestro espíritu.