

OCTUBRE 1982- 5 francos franceses (España : 100 pesetas)

# El **Correo** de la unesco

**LA VEJEZ**  
una edad  
para vivir



# La hora de los pueblos



Photo © Claude Sauvageot, Paris

## ⑥ REPUBLICA SOCIALISTA DE VIETNAM

### A las urnas...

“La palabra del anciano es la Palabra pura”. El respeto, incluso la veneración, con que ciertas sociedades tradicionales, particularmente de Asia y de Africa, tratan todavía a los “viejos” dista mucho de ser una regla general. En efecto, el lugar reservado en la sociedad a las personas de edad varía considerablemente de una civilización a otra, según las estructuras sociales y la mentalidad de los individuos. Pero la participación plena en la vida de la familia y de la comunidad es por doquiera una de las condiciones principales para la realización armoniosa de la personalidad a una edad avanzada. En la foto, elecciones en la Ciudad de Ho Chi Minh, Vietnam, en 1981.

## Publicado en 26 idiomas

Español	Tamul	Coreano
Inglés	Hebreo	Swahili
Francés	Persa	Croata-Servio
Ruso	Portugués	Esloveno
Alemán	Neerlandés	Macedonio
Arabe	Turco	Servio-croata
Japonés	Urdu	Chino
Italiano	Catalán	Búlgaro
Hindi	Malayo	

Se publica también trimestralmente en braille, en español, inglés y francés

Publicación mensual de la UNESCO (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura)

Tarifas de suscripción:

un año : 48 francos (España : 1.000 pesetas)

dos años : 84 francos.

Tapas para 11 números : 36 francos.

Jefe de redacción :

Edouard Glissant

ISSN 0304 - 310 X  
Nº 10 - 1982 - OPI - 82-3 - 3915

## páginas

### 4 ESA MAGNIFICA LEGION DE LOS VIEJOS

por Philip W. Whitcomb

### 8 LOS MISTERIOS DEL ENVEJECIMIENTO

por Ana Aslan

### 10 RECETAS PARA VIVIR CIENT AÑOS

Una encuesta soviético-norteamericana sobre las regiones con centenarios

por Victor Kozlov

### 14 EL ETERNO RETORNO

En Africa la vejez es un momento privilegiado en el círculo inacabable de la vida

por Nsang O'Khan Kabwasa

### 16 LA FAMILIA Y LOS VIEJOS EN CHINA

por Yi Shui

### 18 LOS CENTENARIOS DE LOS ALTOS VALLES

### 20 UN MUNDO QUE ENVEJECE

Datos y cifras

### 21 COMO PUEDE AYUDAR LA FAMILIA A LOS ANCIANOS

### 22 VISION DE LOS JOVENES

23 1. Qué piensan los jóvenes de los viejos

26 2. Un puente entre generaciones

### 28 EDUCACION Y TERCERA EDAD

### 32 UN PLAN MUNDIAL DE ACCION

### 2 LA HORA DE LOS PUEBLOS

REP. SOC. DE VIETNAM: A las urnas...

## Este número

**S**E afirma que bajo el enorme dosel de un solo baniano o higuera de Bengala han llegado a reunirse hasta 20.000 personas. Tradicionalmente, este árbol ha sido el centro de la vida comunitaria en numerosos países: bajo él se celebraban y celebran mercados, reuniones sociales y religiosas, consejos de ancianos...

Bajo el signo de un baniano estilizado (arriba) se reunió en Viena, del 26 de julio al 6 de agosto pasados, la Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento organizada por las Naciones Unidas con vistas a elaborar un plan general de acción destinado a mejorar la calidad de la vida de los mayores de 60 años, el grupo de edad que más rápidamente crece en el mundo.

La longevidad, que hasta ahora era cosa de pocos, se ha convertido en nuestro siglo en el destino de la

mayoría, al menos en los países más desarrollados. De ahí que hayamos abierto este número de El Correo de la Unesco tanto a los viejos, representados por un notable nonagenario, Philip Whitcomb, quien nos advierte sobre la enorme contribución que podrían hacer los mayores de 60 años, como a los jóvenes, que explican sus relaciones con ese grupo de edad y sus actitudes para con sus miembros.

Vivir viejo está bien, pero importante es también vivir plenamente. Ana Aslan y Victor Kozlov nos presentan las últimas investigaciones sobre el proceso de envejecimiento y las perspectivas de mejorar las condiciones de salud en las últimas fases de la vida. En textos e imágenes se muestra el caso de los vigorosos centenarios que viven en ciertos altos valles del mundo. Por su parte, Nsang O'Khan

Kabwasa y Yi Shui explican los aspectos sociales del envejecimiento en Africa y en China.

Por último, un estudio de la Unesco sobre la educación y el envejecimiento y un resumen del Plan Internacional de Acción elaborado en Viena para orientar a los Estados en la solución de los problemas creados por el envejecimiento creciente de la población ponen de manifiesto la necesidad de tomar medidas inmediatas para que la transición hacia un mundo en que la longevidad sea la norma se realice normalmente y sin sacudidas.

Con todo ello queremos que el lector se impregne profundamente de la idea de que la vejez es también una edad para vivir.

En la portada : Abuela etíope.  
Foto Georges Dufresne - El Correo de la Unesco





# Esa magnífica legión de los viejos

*por Philip Wright Whitcomb*

“UN éxito importante de la Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento ha sido esclarecer las obligaciones que la sociedad tiene para con sus miembros de edad avanzada. Pero igualmente importante puede llegar a ser la comprensión creciente por parte de todas esas personas del valor que su contribución individual tiene para los grupos sociales a que pertenecen”.

Esta declaración de William M. Kerrigan, Secretario General de la referida Asamblea Mundial, hecha el día de su clausura (6 de agosto de 1982), revela la importancia que comienza a atribuirse al papel que las personas de edad desempeñan en la sociedad.

Desde hace más de un siglo ha venido cayendo en los países de Occidente la importancia social de las personas de edad avanzada, así como la de las funciones a ellas reservadas. La revolución industrial las despojó de su tarea milenaria como consejeros prudentes y avisados. Su relegación a una suerte de ciudadanía vagamente honoraria resultó más evidente aún con la ola de innovaciones técnicas del siglo XX: automóviles, aviones, comunicaciones instantáneas, aparatos estereofónicos, televisores y, sobre todo, los innumerables tipos de computadoras y bancos de datos.

El reajuste de la situación social de las personas de edad tardó en producirse, pero en los años 60 tres factores habían comen-

zando ya a desencadenar un proceso de cambio cuyo significado vemos claramente ahora.

El primero de esos factores fue un reconocimiento largo tiempo esperado de los derechos humanos. La simple lógica y la decencia humana exigían que las personas de edad formaran también parte del conjunto de aquellas cuyos derechos debían ser definidos de nuevo.

El segundo factor fue el aumento del número de jubilados electores. En los países industrializados se introdujeron sistemas de pensiones de jubilación basados en anticuadas estadísticas sobre la esperanza de vida. Y el volumen de esta nueva clase de electores aumentaba a menudo gracias a la teoría

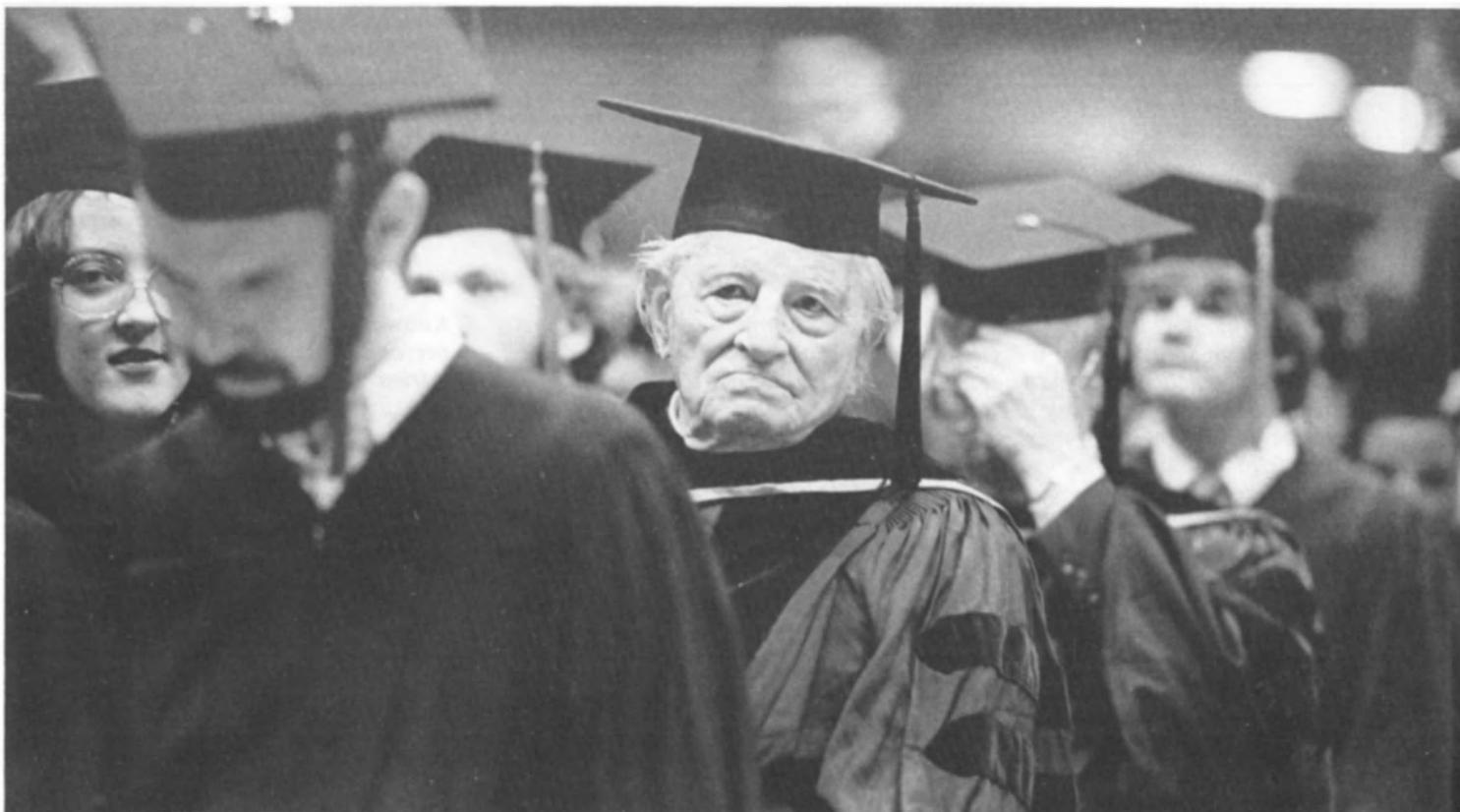


Foto © Kansas Union, Lawrence, EUA

La mayoría de los miles de artículos publicados en los últimos años sobre los problemas de la vejez los han escrito hombres y mujeres todavía no jubilados. En cuanto al autor del que aquí publicamos, Philip Whitcomb, acaba de cumplir los 92 años. Después de trabajar durante 64 como corresponsal extranjero para periódicos norteamericanos, ingresó en el centro de estudios superiores de la Universidad de Kansas. Arriba aparece en la ceremonia de entrega de títulos en la que se le dio el de doctor en metafísica escolástica, con lo que, a los 89 años, se convertía en el más viejo graduado de la historia de la Universidad.

de que la jubilación anticipada contribuiría a reducir el desempleo. Simultáneamente, la reducción de los horarios de trabajo, las nuevas normas de higiene y una nueva comprensión del sentido y la importancia de la salud se combinaron no solamente para incrementar la esperanza de vida sino también para garantizar que en ciertos aspectos las nuevas generaciones de jubilados seguían siendo personas enteramente capaces.

El tercer factor, que nada tiene que ver con la piedad, el respeto o el amor por las personas de edad, ni con la cautelosa consideración de su poder político, es el reconocimiento cada vez mayor de que el mundo de hoy y de mañana no puede permitirse menospreciar la contribución que puede hacer esa creciente legión de hombres y mujeres de edad avanzada.

¿Quiénes son exactamente los integrantes de esa porción de la población mundial en constante crecimiento, los miembros más viejos de la sociedad? ¿Qué quiere significarse cuando se dice de una persona que es un "anciano" o que "envejece"? ¿Qué se entiende actualmente por "jubilación" y cómo influye ésta en la vida de los individuos?

Comencemos por responder a esta última pregunta. En los años finales de la vida la diferencia fundamental consiste en una libertad de elección que no existe en las dos primeras partes de la existencia humana, tal como la conocemos hoy.

En efecto, a lo largo del período prenatal y de la infancia, a lo largo también de la juventud, la libertad de elección no existe o es mínima o ilusoria. La herencia, la cuidadosa orientación que imparte la familia, la celosa tutela que ejercen la comunidad y la escuela, la religión y la política, la nación e incluso la propia humanidad, se combinan para hacer que la "predestinación" sea, por lo menos parcialmente, una realidad.

Asimismo, en el segundo período de la vida, durante el cual se participa en mayor o menor medida en una o más actividades esenciales para la supervivencia de la humanidad, la elección es también prácticamente ilusoria. En la gran mayoría de los casos se ve marcadamente afectada, y a menudo dominada, por la necesidad de dinero.

Pero en el tercer período de la vida el sistema de pensiones público o privado, los planes de ahorros o algunos convenios de tipo familiar permiten que en el Occidente actual el jubilado disponga de un mínimo de dinero, no solamente para satisfacer sus necesidades físicas sino también para desempeñar la actividad de su elección.

En esa edad, por primera vez desde su nacimiento, el individuo se siente en libertad de realizar algún deseo que la necesidad o el sentido común había reprimido durante mucho tiempo. Quizá por el odio acumulado a los despertadores que suenan en la madrugada o a los horarios aborrecibles, una primera elección —que probablemente dure poco— puede ser la de dejar que sean la suerte y el puro capricho los que decidan cómo se emplea el día.

Una segunda opción suele ser la de viajar. En las giras turísticas organizadas de todos los países de Occidente participan una mayoría de personas jubiladas. Pero, dado lo elevado de los precios, los viajes se limitan a diez o quince días por año. El



Foto Michael Mauney, Life © Time Inc., Chicago, EUA

Ronald Brown, de 67 años, ingeniero jubilado, asiste a una clase de química en una escuela secundaria de Michigan, Estados Unidos. En el marco de un experimento encaminado a romper las barreras de la edad, unos cincuenta habitantes de edad avanzada de Harbor Springs, Michigan, entre los 55 y los 90 años, asisten libremente a las clases que desean y participan en otras actividades extraescolares.

tiempo que se destina a los hijos o a los nietos, excepto cuando es necesaria una ayuda urgente, parece disminuir cada vez más, particularmente en Occidente. Se ha olvidado la insistencia con que Platón ponía de relieve la importancia que para los niños tiene visitar a sus abuelos distantes.

La mayoría de las personas de edad dedican gran parte de su tiempo a las actividades de grupo organizadas por instituciones autónomas o, sobre todo entre los menos acomodados, por los profesionales que actualmente se ocupan de esas personas.

En los últimos quince años se ha desarrollado entre los ancianos la tendencia a dedicarse seriamente al estudio. Actualmente disponen para ello no solamente de grupos de estudio locales sino además de cursos universitarios. Es internacionalmente célebre la Universidad de la Tercera Edad creada en el seno de una de las universidades más antiguas del mundo, la de Toulouse (Francia). La Sorbona de París ha vuelto a poner en práctica, tras una interrupción de más de noventa años, las llamadas conferencias "inter-edades". Las universidades públicas norteamericanas y las de otros países brindan condiciones especiales a las personas que han sobrepasado la edad de la jubilación.

Las actividades que acabamos de enumerar, ya sean de grupo ya individuales —esparcimiento, viajes, educación permanente—, tienen mucho que ver con el reconocimiento de los derechos humanos de los ancianos. Ellas descargan la conciencia de la sociedad más bien que contribuir directamente a su fortalecimiento. Se inspiran en las obligaciones que tiene cualquier grupo para con cada uno de sus miembros.

Pero las obligaciones son recíprocas. Entre los individuos y los diferentes grupos —familiar, comunitario, religioso, político, nacional, mundial o, simplemente, humano— a que pueden pertenecer se establece inevitablemente una relación de doble sentido. Y así se está haciendo hincapié ahora en las obligaciones de las personas de edad para con algunos de los grupos de que forman parte.

En muchos casos sucede que personas que han alcanzado cierto éxito financiero en alguna actividad que no era de su agrado, obligados por las circunstancias a desempeñarla, pueden jubilarse a los cuarenta o cuarenta y cinco años y realizar un deseo largamente acariciado. En otros casos, el abandono de una actividad poco estimulante sólo puede producirse a una edad de jubilación considerada como normal, pero la contribución del jubilado a este o el otro sector de la estructura social puede ser importante, más aun cuando, como resultado de ella, se abren al fin caminos para el cultivo de materias tales como la literatura, la música, la pintura, la astronomía, la ornitología, la botánica o cualquiera de esas actividades especializadas que requieren una combinación adecuada de pasión, conocimientos y aptitudes con paciencia y tiempo disponible.

El aforismo "Busca a los de edad madura para un buen trabajo y a los jóvenes y viejos para una obra maestra" es quizá sólo una ingeniosa exageración. Pero no hay exageración alguna en el tributo que el poeta norteamericano Henry Wadsworth Longfellow rinde a los hombres célebres que desafiaron la edad:

*Catón aprendió griego a los ochenta;*

*Sófocles*

*escribió su gran Edipo y Simónides  
arrebató el premio de poesía a sus  
compañeros*

*cuando cada uno tenía más de cuatro  
veintenas de años;*

*Chaucer en Woodstock junto a los  
ruiseñores*

*escribió a los sesenta los Cuentos de  
Cantorbery;*

*Goethe en Weimar, trabajando hasta el  
final,*

*terminó Fausto cuando tenía más de  
ochenta años de edad.*

Volviendo a la pregunta inicial —quién es viejo y quién envejece—, cabe señalar dos hechos: primero, que la salud de las personas que entran en el período de la jubilación depende de las mismas causas que determinaron que fueran sanas o

► enfermas cuando eran más jóvenes; y, segundo, que el envejecimiento físico y el envejecimiento mental y espiritual se producen a un ritmo muy diferente y en épocas distintas.

Huelga decir que los métodos estadísticos de definición de la edad avanzada, por esenciales que sean para los sistemas de seguros y la planificación gubernamental e institucional, no explican los casos aislados. Las grandes variaciones con respecto a los promedios estadísticos o al vigor mental y físico que los antecedentes de la juventud y de la edad madura del individuo justificarían, pueden deberse no a un factor biológico decisivo sino simplemente a las mismas causas que echan a perder la carrera de una estrella del fútbol o de un prodigio del violín: alcohol, drogas, pereza, excesos en la comida o incluso un temperamento violento.

En cuanto a la senescencia física que va acompañada de una preservación, o hasta de un mejoramiento, de las facultades mentales y espirituales, todos cuantos se ocupan de las personas de edad coinciden en afirmar que se trata de dos tipos distintos de envejecimiento. Confirman este aserto estudios realizados en numerosos países. Citemos al azar los trabajos del Dr. Karl Menninger de la Menninger Foundation de Topeka (EUA), los del Dr. Walter Crockett y del profesor Gary Shapiro de la Universidad de Kansas y los de los neurólogos Herbert Haug, Wolfgang Schlote y William Meier-Ruge en Alemania y en Suiza.

El profesor Haug, jefe del departamento de anatomía del Colegio de Medicina de Lübeck, ha demostrado que la sección del cerebro que transforma las impresiones sensoriales en conocimiento consciente no cambia con la edad, o bien que los cambios son imperceptibles. El encéfalo, donde la información sensorial se transforma en pensamiento, se reduce con la edad, pero esta reducción afecta solamente a la parte frontal y no a la parietal del cerebro. En otras palabras, algunas secciones del cerebro no parecen sufrir un proceso de envejecimiento mientras que otras comienzan a envejecer en un momento dado hacia la edad de treinta años.

Ciertas ideas que antes tenían curso se consideran hoy día erróneas. Por ejemplo, se creía que el pigmento lipofugo, cuyo volumen en algunos tejidos del cerebro aumenta con la edad, era causa del envejecimiento; hoy se considera que más bien lo impide. El profesor Schlote, de Tubinga, ha encontrado lipofuscina en las células corporales de los niños, lo que demuestra que desempeña una función protectora: la de absorber los subproductos tóxicos del metabolismo, impidiendo así la muerte de las células nerviosas.

Por su lado, el profesor Meier-Ruge, de Basilea, ha descartado en parte la herencia —frecuentemente considerada como causa de las diferencias— en el envejecimiento— como factor que influya en el sistema colinérgico. Este sistema transmite los impulsos del cerebro e interviene, por tanto, en la incapacidad para recuperar inmediatamente la información acumulada y ponerla a disposición del pensamiento consciente —perturbador fenómeno que

conocen bien los estudiantes en la época de exámenes y las personas de edad avanzada. Aunque los factores hereditarios tengan algo que ver con las diferencias que se observan en el sistema colinérgico, una de las causas principales de las deficiencias de éste pueden ser, según el profesor Meier-Ruge, simplemente los desórdenes del metabolismo.

Los errores y discrepancias en cuanto a la evaluación de los problemas del envejecimiento son inevitables, dada la carga emocional que lleva en sí el tema del apartamiento de la vida activa y de la proximidad de la muerte. Pero, aunque algunos errores se deben exclusivamente a la insuficiencia de los datos científicos, otros pueden obedecer a diversos prejuicios.

A sus 80 años, Mabel Karels, que durante la mayor parte de su vida gozó de una vista normal, tuvo dificultades para aprender braille. Pero con Pattie Gregory, de 17 años, también ciega, a la que adiestra varias veces por semana, está haciendo excelentes progresos, especialmente desde que le dijeron que si dominaba el braille podría jugar de nuevo a las cartas. «Ambas aprendemos, dice Mabel. Ahora voy a enseñar a Pattie a cocinar».



Foto Michael Mauney, Life © Time Inc., Chicago, EUA

La afirmación alarmista de que “la población del mundo envejece cada vez más rápidamente” no corresponde a la realidad. Hace un siglo más o menos, los jóvenes de veinte años podían esperar todavía treinta o cuarenta años más para llegar a la edad avanzada. Ahora tardarán cincuenta o sesenta años antes de considerarse realmente viejos. El proceso de envejecimiento es pues más lento y no más rápido.

Ciertos objetivos políticos parecen manifiestos cuando se predice un desastre porque las pensiones de jubilación se deducen de los salarios ganados con gran esfuerzo por los jóvenes, creándose así un problema imposible de resolver dado que el número de trabajadores disminuye mientras que la horda de los ancianos ociosos crece rápidamente.

El problema —y este sí es un problema real— no puede resolverse mediante el ocultamiento de la teoría en que se apoyan todos los planes de pensiones obligatorias de jubilación. Un organismo —en este caso el gobierno— con autoridad para disponer de una parte de todos los salarios declara, en efecto, a los beneficiarios: “por dos razones —primero, porque vendrá un tiempo en el que ya no seréis pagados por un trabajo pero seguiréis necesitando dinero, y, segundo, porque vosotros, seres humanos al fin y al cabo, seríais incapaces de ahorrar e invertir vuestro dinero en el futuro, cualesquiera que sean las necesidades y las tentaciones—, nosotros nos encargamos, como

depositarios vuestros, de recaudar e invertir vuestras contribuciones obligatorias y automáticas, de invertir las sabiamente, y en un momento convenido de vuestra vida comenzaremos a pagaros una pensión de jubilación adecuada”.

Teóricamente, el omnisciente gobierno invierte esos fondos, que recibe en fideicomiso, en actividades creadoras de riqueza y destina el producto de éstas al pago de las pensiones prometidas. Con ello se fortalece la economía nacional y se protege a los individuos. Y el dinero con que contribuye obligatoriamente cada trabajador, cualquiera que sea su edad, llega a constituir, teóricamente, la base de su propia pensión futura... y no de la de otra persona.

Las discusiones sobre los problemas de las pensiones y del retiro obligatorio o voluntario de las principales actividades productivas de una sociedad han ocultado quizás los cambios enormes que se han producido en la estructura social de numerosos países. La red orgánica de actividades relacionadas con la primera parte de la vida se ha visto rápidamente compensada por una nueva estructura de profesiones y de instituciones dedicadas a la tercera y última parte de la existencia humana. Así, han aparecido de pronto una decena de profesiones que se ocupan exclusivamente de las personas de edad.

En Francia se ha fundado una excelente revista dedicada a estudiar sus necesidades. Abundan los gerontólogos de diversas especialidades y ninguna universidad se considera completa si no dispensa algún tipo de estudios de gerontología. En los países de Occidente existe por lo menos un millar de centros urbanos construidos y administrados exclusivamente por personas de edad, y hay por lo menos una ciudad —Sun City, en Arizona— que sólo acoge a ciudadanos que hayan pasado de cierta edad.

Pero el principio básico que yace en el fondo de todas las diversas actividades que se proponen o se imponen a los ancianos sigue siendo determinante: las obligaciones son recíprocas entre cada individuo y los diferentes grupos a los cuales pertenece.

Los abuelos, por ejemplo, son miembros no solamente de una familia, comunidad,



Foto Michael Mauney, Life © Time Inc., Chicago, EUA

Todas las semanas, Kevin Gilhuly y Jerry Jessick, jóvenes escolares, juegan a un juego de letras y palabras con Florence Stewart, de 73 años. « Resulta la mar de divertido, dice Kevin. Con Florence estoy ampliando mucho mi vocabulario ». Y Florence: « Estos chicos son terribles... Cuando hablan, siempre lo hacen sobre algo interesante ».

nación o grupo étnico, sino también de una iglesia, un partido político, una asociación profesional o social, etc. Las obligaciones de cada grupo para con sus miembros más antiguos o de edad más avanzada han sido objeto de una atención creciente y hasta casi neurótica en los cincuenta últimos años. Pero hoy día se comprende mejor no sólo cuáles son los deberes de las personas para con los grupos a que pertenecen sino también el valor sin par que tienen muchas de las contribuciones que pueden hacer.

La estructura de la sociedad sufriría una peligrosa tensión si a una porción cada vez mayor de la población se la libera de todo tipo de obligaciones para con el mundo que la ayudó a vivir. Y en la confusa situación actual, creada por problemas que a menudo parecen insolubles, resulta impensable la existencia de un número creciente de parásitos.

Actualmente son pocos los ancianos que se consideran a sí mismos como parásitos. La gran mayoría se sienten dotados de buena salud, de buen juicio, de algunas aptitudes especiales y de una gran experiencia. Y por dispuestos que estén a ocuparse de sus hijos o de los hijos del vecino, de sus gatos, perros y hogares cuando sea necesario, sus

preferencias personales van mucho más lejos.

Esas personas participan en actividades de asistencia y bienestar o en comités de consulta para impartir enseñanza y consejo a los jóvenes que trabajan. Otras se limitan a ciertas actividades personales, generalmente aquellas por las que siempre habían sentido verdadera pasión, sin haber tenido jamás la oportunidad de desarrollarlas: pintura; música; literatura; crónica de la familia, la comunidad o el país; investigaciones en materia de astronomía, historia natural u otras esferas vinculadas con algún anhelo secreto; excavaciones arqueológicas, reconstrucción de aldeas o de edificios abandonados, planificación o completamiento de pistas y caminos: estas y otras actividades impuestas por la compleja experiencia de toda una vida, pueden constituir el medio de cumplir con las obligaciones que las personas jubiladas tienen para con la sociedad que les permitió vivir. Y, debido a algunos cambios que todavía apenas se perciben, el esfuerzo que requiere cualquiera de esas actividades será infinitamente menor del que se habría necesitado hace cuarenta o cincuenta años.

El cambio en la infraestructura de todas las actividades humanas ha sido tan consi-

derable que en la mayoría de los diversos tipos de trabajo se obtiene un rendimiento normal en veinticinco o treinta horas por semana, pudiendo dedicarse un tiempo igual a alguna actividad artística o creadora. Inventos tales como las grabadoras, los microfilmes, el videotex, los bancos de datos de consulta instantánea, la transmisión por satélite —todo el arsenal de medios con que se prolonga la comunicación del ser humano— acortan el tiempo que se malgasta en interminables tareas no productivas que absorben las energías de los seres humanos. Y este cambio es de gran importancia para todos aquellos cuya fuerza física decae pero que conservan o agudizan su capacidad mental y espiritual.

Los seres humanos forman tres grandes batallones y de ellos depende la verdadera riqueza del mundo. El primero es el batallón de los jóvenes que aprenden. El segundo es el de las personas de edad madura que prosiguen y perfeccionan los logros del pasado. El tercero lo forman quienes aprendieron primero, hicieron luego su propia contribución para mantener y mejorar las conquistas del pasado y que ahora son libres de cumplir, si así lo deciden, con sus obligaciones individuales para con un pequeño grupo o con la sociedad entera que los mantuvo. Son tan graves hoy día los problemas de nuestro planeta que hay que considerar con atención y facilitar la contribución que puede hacer ese espléndido tercer batallón. □

## Secretos de un nonagenario

*Se dice que a las personas que alcanzan la edad de cien años se les debería preguntar respetuosamente por el secreto de tal longevidad. De los menores de cien años no suele pensarse que tengan ningún secreto que confesar. Por eso me sorprendió que la redacción de El Correo de la Unesco me preguntara por el mío.*

*Cualesquiera que sean las causas de que me esté acercando a los 92 años en excelentes condiciones físicas y, espero, con una capacidad mental bastante buena, no parece que se trate de la herencia. El hecho de que, aunque sólo se cuenten las cinco generaciones últimas, un individuo tenga más de doscientos antepasados imposibilita al hombre de la calle para decir si los suyos vivieron o no hasta edad avanzada.*

*Lo que me parece importante es lo siguiente: Nunca he hecho uso del tabaco, del alcohol ni de nada de lo que suele considerarse como "drogas"; por otro lado, confío muy poco en los medicamentos de todo tipo pero admiro la habilidad de los cirujanos actuales.*

*Cuando tenía unos doce años me suscribí a una revista llamada Boy's Physical Culture (Cultura física para muchachos), publicación que duró poco. Pero yo he continuado haciendo ejercicio*

*físico desde entonces (actualmente hago unos 25 minutos todas las mañanas y 15 todas las tardes). He tratado con cierto éxito de alcanzar un nivel medio de eficiencia en un considerable número de deportes: fútbol americano, rugby, baloncesto, carrera pedestre, remo, boxeo en el peso pesado.*

*Durante mis 64 años de periodismo he procurado siempre no especializarme sino escribir constantemente en torno a los más variados temas, desde las excursiones turísticas, los juegos infantiles y la investigación arqueológica hasta el análisis de los programas de reforma económica y las entrevistas con primeros ministros.*

*Como corresponsal de guerra volé con un general durante un combate aéreo, navegué en un submarino apresado y estuve internado dos veces por un total de dos años.*

*A lo largo de mi carrera periodística he escrito seguramente más de doce millones de palabras, pero nunca abandoné mis variados estudios de filosofía.*

*Creo firmemente en la necesidad del ejercicio diario no sólo físico sino también mental y espiritual, y continué haciéndolo regularmente como durante toda mi vida.*

Philip W. Whitcomb

# Los misterios del envejecimiento

por Ana Aslan

*ANA ASLAN, rumana, es directora del Instituto Nacional de Gerontología y Geriatria de Bucarest y miembro de la Academia de la República Socialista de Rumania. Autora de más de 250 artículos y estudios sobre el envejecimiento, la profesora Aslan es muy conocida por sus ideas sobre el uso de determinados productos químicos como medio para retardar la llegada de la vejez. En reconocimiento por su obra ha recibido, entre otros premios, el título de Héroe del Trabajo Socialista y de Científico Emérito de la República Socialista de Rumania y la medalla y premio Leon Bernard de la Organización Mundial de la Salud.*



**E**L envejecimiento es un proceso evolutivo que depende de los factores hereditarios, del medio ambiente y de la edad, pero aun no se han descubierto las causas precisas que lo determinan. Muchos gerontólogos lo consideran como una enfermedad, pero las investigaciones médicas experimentales que el Instituto Nacional de Gerontología y Geriatria (INGG) de Bucarest ha realizado durante veinticinco años demuestran que el proceso de envejecimiento puede retardarse mediante la utilización de ciertas sustancias químicas, en particular el hidrato de cloro para-amino-benzoico dietil-aminoetanol. Más aun, esos trabajos indican que las células humanas cultivadas *in vitro* pueden, en determinadas condiciones, mostrar fenómenos de regeneración o, al menos, la ausencia de modificaciones alteradoras debidas a la senescencia. Estos experimentos, confirmados por las investigaciones emprendidas en otros países, parecen justificar el optimismo de la escuela rumana de gerontología.

Una de las tareas fundamentales de esta ciencia es la de distinguir las alteraciones causadas por la edad de las modificaciones puramente patológicas. En efecto, en muchos casos, como la artritis o la trombosis, esas modificaciones son sinérgicas y se desarrollan a medida que el hombre envejece.



Otra dificultad es la que plantea el hecho de no disponer de criterios indiscutibles para la determinación de la edad biológica. Todos los investigadores que han abordado este problema han tenido que enfrentarse con las mismas dificultades. Por más que la definición de los criterios de edad esté incluida en el primer plan de estudios del INGG rumano desde 1952, aun no se ha logrado una solución satisfactoria. Por el momento, para determinar la edad biológica (que no siempre coincide con la cronológica) los especialistas toman en consideración los criterios funcionales relativos a todos los órganos y los cambios acaecidos en todos los metabolismos.

Desde el punto de vista biológico y social, sería de gran utilidad poder diagnosticar la edad biológica, llamada también edad funcional.

Dentro de una misma especie existen grandes variaciones funcionales según los individuos, lo que prueba la influencia preponderante que sobre ellas ejerce el medio ambiente, aparte de los factores hereditarios.

Se piensa que el envejecimiento comienza al mismo tiempo que la vida; sin embargo, desde la infancia y hasta el momento



Fotos Luc Joubert © Colección Robert Lebel, Paris

*Primavera, Verano, Otoño e Invierno* (de izquierda a derecha), cuatro obras del pintor flamenco Joost de Momper (1564-1635).

en que se interrumpe el crecimiento, predominan los fenómenos constructivos y las funciones del organismo no se ven alteradas. En cambio, con la madurez y la vejez se vuelve preponderante la disminución funcional progresiva causada por la pérdida de las células activas. En resumidas cuentas, el proceso de envejecimiento, al menos desde el punto de vista funcional, empieza en el momento que se detiene el crecimiento. Afirmar que la vejez, o tercera edad, comienza a los sesenta años es pues perfectamente arbitrario.

Otra dificultad se deriva del hecho de que aun no se hayan dilucidado los mecanismos del envejecimiento. En este punto, una de las teorías defendidas por los genetistas contempla la posibilidad de una senescencia programada por los genes.

Otra teoría, que cuenta con muchos adeptos en numerosos institutos de gerontología del mundo, se apoya en el progreso de los conocimientos en materia de inmunología. Los inmunólogos han comprobado que tanto la capacidad reactiva celular como la humoral, implicadas en los fenómenos de la inmunidad, se debilitan a medida que el hombre envejece, mientras que los fenómenos de autoinmunidad se refuerzan y se vuelven dominantes.

Una tercera teoría hace hincapié, dentro del proceso de senescencia, en la pérdida progresiva y en la alteración de las

células postmitóticas (las neuronas). A esta teoría se debe que el estudio del sistema nervioso central desde el punto de vista morfológico, bioquímico y funcional haya adquirido enorme importancia en las investigaciones sobre el envejecimiento. Se contempla incluso la posibilidad de influir sobre ese sistema, dada su importancia en el mantenimiento de la estabilización de las constantes fisiológicas y de la adaptabilidad, fenómenos que se ven ambos afectados por la senescencia.

Hoy se sabe que la vida misma de las células mitóticas es limitada. La función celular sufre modificaciones provocadas, entre otras causas, por la acumulación de lipofusina en el citoplasma, cuyo resultado es fatal.

Se han identificado varios factores de envejecimiento, como ciertos radicales libres —que originan importantes modificaciones en la membrana celular— y el crecimiento cuantitativo de los enlaces entrecruzados de la substancia colágena, muy importante para el tejido conjuntivo.

Naturalmente, los laboratorios analizan a fondo esta idea a fin de probar su fundamento. Pero, como ya hemos dicho, es posible que el envejecimiento sea el resultado de la acción conjunta de varios mecanismos, algunos de los cuales no conocemos aún.

Por otra parte, debemos repetir que el número de personas de más de 65 años que gozan de perfecta salud es, por el momento, muy reducido y, al menos en la etapa actual, el problema de la vejez es sobre todo un problema de orden médico-social.

Para superar las dificultades actuales es necesario conceder, al margen de los estudios biológicos, mayor importancia a la profilaxia del envejecimiento, con miras a lograr que toda la población en edad avanzada quede englobada en la consigna "Salud para todos en el año 2000". □

# Recetas para vivir cien años

*Una encuesta soviético-norteamericana sobre las regiones con centenarios*

por Victor Kozlov

VICTOR KOZLOV, soviético, es director del Departamento de Etnoecología del Instituto Etnográfico de la Academia de Ciencias de la URSS. Es autor de más de 150 obras y ha obtenido varios altos premios científicos en su país. Actualmente participa en un proyecto de investigaciones pluridisciplinarias, realizado conjuntamente por la Unión Soviética y los Estados Unidos, sobre los pueblos y los grupos étnicos que cuentan con un alto porcentaje de personas de edad avanzada.

**E**L aumento del número de personas de edad avanzada ha planteado en numerosos países la necesidad de investigar las causas del "envejecimiento de la nación". Los estudios se orientan también a determinar las consecuencias económicas, demográficas y sociales de ese proceso y a buscar las soluciones más eficaces a los problemas que de él se derivan en punto a asistencia médica, a organiza-



Foto R. Nagiev © Fotopromika Tass, Moscú.



Muerto a los 168 años, Chirali Muslimov (1805-1973) fue durante mucho tiempo el decano de todo Azerbaiján (arriba). A esta república soviética le corresponde un record: en ella viven 84 personas de más de 100 años por cada 100.000 habitantes. Chirali Muslimov vivió en la aldea de Barzavou, en la región montañosa de los Taliches, y hasta su muerte se dedicó al trabajo agrícola. Aquí aparece rodeado de la mayoría de los 200 descendientes de que tanto se enorgullecía en vida.

Foto © Fotopromika Tass, Moscú

ción de los servicios públicos, a construcción de viviendas, etc.

El estudio de esta materia plantea un primer interrogante: ¿Cuál es la duración que, como promedio, puede alcanzar la vida de un ser humano? Comencemos reconociendo que en esta esfera los éxitos de la ciencia son aún modestos. No se ha llegado a determinar todavía una "norma" biológica sobre la duración de la vida del *homo sapiens* y las opiniones que al respecto vierten los científicos difieren mucho entre sí.

Los datos, aunque insuficientemente comprobados, sobre personas que han llegado a los 150 años y que incluso han sobrepasado esa edad han llevado a algunos científicos a presentar este fenómeno como una muestra de la duración que normalmente correspondería a la vida humana. Otros, en cambio (y entre ellos se cuenta el autor del presente artículo), estiman que no se puede deducir un promedio de dura-

lenta de lo que se había esperado.

Tenemos así que en Suecia y en otros países donde el término medio de la vida es de 75 años las previsiones indican que éste habrá alcanzado, a fines del siglo XX, apenas los 80 años. No obstante, resulta que en determinadas condiciones naturales, sociales y culturales el promedio de vida de los seres humanos podría alcanzar 90 años. A quienes sobrepasan este límite de edad la gerontología los llama longevos.

El estudio del fenómeno de la longevidad es de gran interés teórico y práctico, pues permite formular desde un ángulo nuevo el problema del "envejecimiento de la nación" y determinar cuáles son las vías adecuadas para hacerle frente, más aún cuando la longevidad se presenta en el mundo de manera muy desigual. En todas las grandes ciudades y en las diversas zonas rurales es posible encontrar longevos; sin embargo, existen determinadas zonas donde su concentración es mayor.

índice apenas sobrepasa el término medio de toda la Unión soviética.

En 1977 la Academia de Ciencias de la URSS y el Consejo de Asociaciones de Investigación de Estados Unidos suscribieron un convenio para la realización paralela de trabajos de "investigación multidisciplinaria en los planos biológico, antropológico, sociológico y etnográfico sobre los pueblos y grupos étnicos con un elevado número de longevos". La investigación ha sido dirigida en la Unión Soviética por el Instituto de Etnografía de la Academia de Ciencias de la URSS (Moscú) y en Estados Unidos por el Instituto de Investigación del Hombre (Nueva York).

Estos trabajos se diferencian en dos aspectos de los que anteriormente se realizaron sobre el mismo tema, especialmente a cargo de médicos geriatras. La diferencia radica, en primer lugar, en que el fenómeno de la longevidad no es estudiado a través de casos indi-



Tras un viaje a Abjasia (URSS), el etnólogo norteamericano S. Bennet escribió una obra titulada *Como vivir cien años*, que obtuvo un gran éxito en Estados Unidos. En la misma región un equipo de la televisión francesa rodó un documental, varias de cuyas secuencias están dedicadas al conjunto de danzas folklóricas "Nartaa", premiado en Hungría en un concurso internacional. El bailarín más joven del grupo tiene 70 años, el más viejo 120.

Foto © Fotojronika Tass, Moscú

ción natural de la vida humana a partir de algunos "records" aislados de longevidad que, además, no han sido exhaustivamente estudiados.

Es indispensable analizar, en forma combinada, todos los factores. Podemos afirmar que en los países desarrollados la lucha contra las causas exógenas de la mortalidad se acerca a su fin. Hace ya tiempo que en esos países las causas endógenas de la muerte, como las enfermedades cardiovasculares, han pasado al primer plano. Con el paso del tiempo esos factores van ocupando un lugar cada vez más preponderante, siendo muy difícil combatirlos, del mismo modo que es difícil luchar contra la llegada de la vejez. Como consecuencia de ello, en algunos países donde el hombre ha alcanzado un promedio de vida de 70 años la prolongación de la existencia humana más allá de ese límite ha resultado mucho más

Una de estas regiones es, en la Unión Soviética, el Cáucaso. Según el censo de 1970, quienes allí viven constituyen el 7 % de la población total de la URSS. No obstante, en el Cáucaso se encuentran el 16 % de todos los longevos del país y el 35 % de las personas de más de 100 años. Otros núcleos de población con un alto índice de longevidad existen en Yakutia, Tadzshikistán, Bielorrusia y las repúblicas bálticas. Al mismo tiempo, se ha podido comprobar que el índice de longevidad de ciertos grupos nacionales es más alto que el de otros. En el Cáucaso, por ejemplo, es especialmente elevado entre los campesinos balcarzos, abjasios y azerbaijanos de la República Autónoma de Najicheván y entre los armenios de la Región Autónoma de Nagorno-Karabajskaya, debiendo señalarse en relación con este último caso que en Armenia, en cambio, el

viduales sino a nivel de grupos humanos, allí donde se ha presentado históricamente y se ha mantenido lo suficientemente como para ser investigado en un período de varios decenios. En segundo lugar, en que ya no se estudian las enfermedades características de los ancianos y cómo curarlas, sino las causas de ese fenómeno natural que es la longevidad, en relación con las investigaciones sobre la ecología humana.

En la URSS las primeras investigaciones tuvieron por objeto a la población rural de Abjasia y a algunos grupos de georgianos del mismo lugar. Los estudios emprendidos en Estados Unidos se relacionaban con la comunidad de Robertson, en el Estado de Kentucky, cuya población es mayoritariamente de origen escocés e irlandés. Investigaciones del mismo tipo, pero con un programa algo diferente, ►

se llevaron a cabo también entre los grupos menonitas del Estados de Kansas.

Para explicar la longevidad de grupo los científicos han formulado diversas hipótesis: genética, bio-reproductiva, del medio natural y la ecología, demográfica, de la psicología individual, de la psicología social, económico-laboral, doméstico-habitacional y de la alimentación. Médicos, antropólogos, ecólogos y demógrafos, etnógrafos y psicólogos y otros especialistas participan en la elaboración de estas hipótesis.

En la URSS la primera etapa de los trabajos mencionados se halla casi íntegramente terminada y las investigaciones se han trasladado al territorio de Azerbaidzhán. En cuanto a las investigaciones que se realizan en Estados Unidos, se tiene la intención de ampliarlas en el Estado de Kentucky. La información proporcionada por estas investigaciones está siendo analizada y las conclusiones definitivas sólo podrán obtenerse cotejando esa información con los datos obtenidos en otras zonas habitadas por longevos. Empero, es posible dejar dichas ya algunas cosas acerca de ciertos problemas relacionados con el origen de la longevidad y con el envejecimiento de la nación.

La cuestión fundamental en relación con este fenómeno no sólo reside en la existencia, dentro de un territorio limitado, de numerosas personas de más de 90 años, e incluso de más de 100, sino en que estas personas gozan en su mayoría de buena salud y continúan trabajando y participando en la vida social. Nos hallamos así ante una realidad en que el problema del envejecimiento de la nación ha sido solucionado de una manera "natural" y perfectamente aceptable. Tal situación despierta hoy el interés de los científicos y de la comunidad internacional.

Nuestra investigación ha permitido comprobar que la longevidad de grupo se halla determinada por un conjunto de factores. En lo que atañe al área de longevidad situada en Abjasia, es indudable que en ella desempeñan un papel importante los factores naturales y ecológicos favorables a la vida existentes en esa región y, ante todo, su clima subtropical. A lo largo de numerosas generaciones las personas se fueron adaptando bien a ese clima en el aspecto biológico (fisiológico) y muchos elementos de esa adaptación se fueron consolidando genéticamente, siendo de este modo transmitidos a las nuevas generaciones. Los antropólogos consideran que esta adaptación se manifiesta en las características morfológicas externas de los abjasios, dotados de una estatura mediana y de una complejión corporal musculosa. Sin embargo, es posible también encontrar áreas de longevidad en otros lugares que presentan condiciones naturales menos favorables. De ello se deduce que lo fundamental reside en la buena capacidad de adaptación en los planos biológico, social y cultural.



Foto © Fotogramika Tass, Moscú

M. Avestisian es uno de los habitantes más viejos de la Armenia soviética. Tiene cien años y vive en la aldea de Aknahpur, en el distrito de Idjvan.

Un papel muy importante desempeña en ello la dieta tradicional de los abjasios, que cuenta con muy poca carne y excluye casi totalmente las grasas animales, incluyendo en cambio abundancia de productos lácteos, especialmente queso, así como verduras y frutas. Se trata, pues, de una dieta especialmente adecuada para las personas de edad. Hay que decir, sin embargo, que algunos científicos han incurrido en exageración al asignar a la alimentación un valor de primera importancia. Debemos señalar, por ejemplo, que la alimentación de los longevos azerbaidzhanos comprende una cantidad importante de carne y de grasa. Nos hallamos, por lo tanto, frente a un factor muy variable. Las investigaciones realizadas permiten deducir, no obstante, que existe un cierto "denominador común" para todos los longevos

En las áreas que hemos estudiado

hemos comprobado que los longevos contemporáneos son, en su mayoría, personas que han nacido y vivido siempre en una misma región y que han realizado toda la vida un mismo trabajo, ya sea en el campo, ya en el hogar. La terminación de la vida activa de los campesinos se produce lentamente y muchos de ellos suelen continuar en el período avanzado de longevidad realizando algunas tareas de tipo doméstico, cultivando la huerta o incluso trabajando en las tierras koljosianas. Esos longevos del campo siguen relacionados con el círculo de personas a que estaban acostumbrados y continúan participando en diversas actividades sociales. Muy diferente es la realidad con que se enfrentan las personas de la ciudad que alcanzan una edad avanzada. En el medio urbano los ancianos padecen del llamado "mal del jubilado", que es resultado de la brusca terminación de su actividad laboral,

de la ruptura con sus anteriores relaciones y del trastocamiento de su régimen cotidiano de vida. Todo ello da origen a una aguda tensión nerviosa, a un creciente sentimiento de soledad y de inutilidad y a la sensación de que continuar existiendo ya no tiene objeto. La vida urbana no les ofrece un nuevo tipo de actividad vital para compensar su trabajo físico de antes, lo que suele dar origen a un hipódinamismo.

La relación con los miembros de la familia y con los amigos mantiene vivo, en los ancianos, el interés por la vida. La desaparición de esos lazos se traduce en una limitación de la capacidad de movimiento, en un deterioro del estado moral y de la salud. De ahí que una de las soluciones para los problemas con que se enfrentan las personas de edad consista en permitirles vivir junto a los niños y a sus parientes. De este modo los ancianos pueden conservar sus antiguas relaciones y recibir los cuidados adecuados en caso de enfermedad.

Debe tenerse en cuenta que a medida que aumenta la edad es mayor el número de personas solas, especialmente entre las mujeres, debido a que el promedio de duración de la vida es más alto entre ellas que entre los hombres. A ello debe añadirse que para las viudas mayores de cierta edad es más difícil volver a casarse que para los viudos. A estos dos factores hay que agregar, en el caso de la URSS, el del elevado número de hombres que perecieron en los años de la guerra mundial (1941-1945), como resultado de lo cual casi la cuarta parte de todas las mujeres mayores de 60 años carecen de familia. Los servicios soviéticos de asistencia social y diversos organismos se preocupan muy particularmente por los ancianos solos, muchos de los cuales se hallan enfermos y han perdido toda capacidad para trabajar. En relación con esta situación cabe destacar la instrucción del Ministerio de Salud de la URSS sobre "las medidas para organizar la asistencia médica a las personas de edad avanzada".

En las zonas rurales de longevidad que hemos estudiado los ancianos viven en el seno de la familia de uno de los hijos mayores. En el caso de los abjasios, la tradición impone que sea la familia del hijo menor la que los acoja en su seno. Esos ancianos mantienen contacto regular con sus otros hijos y demás parientes y amigos, que suelen vivir en la misma aldea. Entre los abjasios perduran hasta hoy los estrechos lazos familiares de tipo patriarcal, de modo que para las bodas, los funerales o las simples reuniones familiares anuales se congregan cientos de personas.

La conservación, de acuerdo con la tradición, de esos lazos familiares poderosos constituye un factor importante para contrarrestar las tensiones nerviosas, permitiendo que en las situaciones dramáticas la persona se sienta rodeada y apoyada por sus seres queridos, como si su dolor se diluyera en el pesar de decenas y, a veces, de cientos de sus semejantes. A través de una

suerte de reglamentación precisa, el sistema tradicional asigna a cada individuo la obligación de una conducta determinada para el caso de situaciones de gran tensión, lo cual también desempeña un papel importante en relación con las tensiones nerviosas, contribuyendo a la salud mental y a la aparición del fenómeno de la longevidad.

En todos los grupos étnicos en que hemos estudiado este fenómeno hemos comprobado que la gerontofilia desempeña un papel destacado, asignando a los ancianos una situación privilegiada en el seno de la familia y de la sociedad, reconociéndoles un gran ascendiente moral y rodeándoles del respeto de todos.

El origen de esta tradición hay que buscarlo posiblemente en la gerontocracia, tan difundida en el pasado. Es cierto que la influencia real de los ancianos en los acontecimientos no es hoy día tan grande como en el pasado, pero al menos nominalmente, como sucede sobre todo entre los abjasios, ellos continúan desempeñando un papel importante en los consejos familiares, en las reuniones de los grupos patriarcales e incluso en los consejos agrarios. Viven en el seno del hogar rodeados de atenciones y cuidados y en todas las reuniones y comidas se les asigna el puesto de honor, con el debido respeto al grado de ancianidad. Esta confortable situación psicológica y social les hace seguir sintiéndose indispensables en el seno de la familia, frente a la joven generación y al círculo más amplio de los vecinos de la aldea. Todo ello per-

mite que los ancianos conserven el ritmo de la actividad vital durante la prolongación de su existencia.

Naturalmente es difícil imaginar que todos los elementos de la vida tradicional de los campesinos abjasios y azerbaijanos puedan ser trasladados al medio urbano moderno para utilizarlos en la solución de los problemas de las personas de edad. Pero algunos de ellos, especialmente los relacionados con la incidencia de los factores sociales y psicológicos, son dignos de ser tenidos en cuenta no sólo por los científicos sino por todos los trabajadores dedicados a la asistencia y al cuidado de las personas de edad avanzada.

Las conclusiones de nuestra investigación no pretenden formular recomendaciones prácticas sobre el régimen de vida, la alimentación, los tratamientos médicos y otros aspectos particulares que corresponden a los médicos gerontólogos. Sin embargo, las investigaciones científicas y sus conclusiones pueden ser útiles en el momento de planificar la construcción de vastos conjuntos de viviendas, y al organizar los sistemas de salud pública y los servicios de geriatría en determinadas regiones geográficas y étnicoculturales. También pueden ser de provecho para la lucha por la salvaguardia del medio ambiente y para la educación, a fin de estimular en la nueva generación formas positivas de conducta y de relación de grupo que ayuden a combatir la tensión nerviosa, uno de los factores que acortan la vida del hombre.

V. Kozlov

Hay regiones en el mundo, especialmente en Colombia, Ecuador y Estados Unidos, donde no es raro encontrar personas con más de 90 años. Lo mismo ocurre en ciertas zonas de la Unión Soviética como el Cáucaso, los Países Bálticos, Tadzhiistán, Azerbaiján y Siberia, y ello pese a las grandes diferencias de clima. En la foto: A.P. Habarova, del distrito de Kamchatka, con sus 94 años bien llevados. La caza es su trabajo, pero también su pasión.

Foto Y. Muravin © Fotojornika Tass, Moscú



# El eterno retorno

*En Africa la vejez es un momento privilegiado en el círculo inacabable de la vida*

por Nsang O'Khan Kabwasa

EN la sociedad africana a la que pertenezco —los ambunes, una etnia de la región de Kailu, en la República de Zaire— no se considera que una persona es anciana a partir de una edad cronológicamente determinada sino tras la aparición de las canas o el nacimiento de los nietos. A los ancianos se los trata con deferencia y se añaden títulos honoríficos a su nombre: se les llama generalmente *tata* (padre), *mbuta* (mayor) o incluso *nkuluntu* (literalmente "cabeza vieja"). En esa sociedad de tradición oral, como en la mayoría de las sociedades africanas, las personas de edad avanzada son los verdaderos cimientos de la aldea. Suele decirse, por lo demás, que una aldea sin ancianos es como una cabaña roída por los termites.

El respeto de que viven rodeados se debe no solamente a su longevidad —fenómeno raro en Africa— sino también a la concepción animista africana del universo según la cual la vida es una corriente eterna que fluye a través de los hombres en generaciones sucesivas. Desde antes de nacer el africano pertenece ya a un linaje, forma parte de un grupo, no puede separarse de quienes le precedieron ni de quienes le seguirán, y los valores tradicionales le protegerán en la vejez contra el abandono y la soledad.

Dentro de esta concepción africana del mundo, ligada a la noción de fuerza vital, la edad avanzada constituye una etapa de la existencia humana a la que todos aspiran. En realidad, debido a la fe en la supervivencia, en la continuidad de la vida y en el culto de los antepasados, los ancianos ocupan una posición privilegiada porque constituyen el vínculo entre los vivos y los antepasados muertos.

Esta eternidad de la vida se concibe en forma de un movimiento circular que va del nacimiento a la muerte y viceversa (véase el diagrama de la página siguiente). Así como el niño está destinado a ser adulto, el adulto viejo y el viejo antepasado, éste renacerá como fuerza vital para completar el círculo de la vida. Según la concepción ambún del Universo, después de la muerte comienza la vida invisible de los espíritus, es decir de los antepasados. Y en

En algunos países persiste aun la actitud tradicional de respeto y deferencia para con los ancianos, que los protege del abandono y la soledad en el seno de la aldea. Pero cada vez es más frecuente entre los jóvenes la tendencia a no tener en cuenta más que el nivel de educación de sus mayores. Esa erosión de los valores comunitarios, debida en particular al avance de los valores individualistas de la vida urbana, agudiza los riesgos de marginalización y aislamiento de las personas de edad avanzada en la sociedad africana. En la foto: rostro de un viejo africano.



Foto Marc Riboud © Magnum, Paris

ese mundo invisible reside la fuerza vital suprema que los antepasados comunican a los ancianos.

A cada una de las tres edades del hombre corresponde una función particular. Así, la infancia es un periodo de aprendizaje, de carácter físico, durante el cual el desarrollo espiritual se halla en gestación. La edad madura es un periodo productivo en el cual el hombre alcanza su equilibrio físico y espiritual. La vejez es la edad de la sabiduría y de las enseñanzas y de ningún modo la de la jubilación. "Aunque el cuerpo de los viejos desfallece, su espíritu no se jubila." Por el contrario, es el

momento en que la vida espiritual se torna más intensa.

En la sociedad africana los viejos siguen asumiendo importantes funciones para cuyo desempeño se requiere su conocimiento de las tradiciones en distintas esferas: jurídica, religiosa, médico-mágica, educativa, económica. Depositarios del saber tradicional, es en el momento de la iniciación de los adolescentes cuando los ancianos transmiten oralmente y de manera ritual su experiencia práctica a las nuevas generaciones. De ahí que suela decirse —como ha escrito acertadamente el erudito maliano Amadou Hampâté Ba—

---

NSANG O'KHAN KABWASA, zaireño, trabaja desde 1975 en la División de Alfabetización, educación de Adultos y Desarrollo Rural de la Unesco. Anteriormente trabajó en la Comisión Económica de las Naciones Unidas para Africa en Addis Abeba, Etiopía. Ha ganado varios premios literarios por sus cuentos escritos en inglés y en francés.

Originario del Asia tropical, el baniano o higuera de Bengala (en la foto, un ejemplar de Madagascar) tiene también variedades propias de Africa y de América Latina. De sus ramas salen raíces aéreas que se hunden en el suelo y forman nuevos troncos. Estos lanzan a su vez nuevas ramas aéreas, con lo que el árbol puede crecer hasta cubrir una superficie inmensa (hasta 700 metros de circunferencia por 30,5 metros de altura). Símbolo de longevidad y lugar de reunión colectiva, el baniano fue elegido como emblema de la Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento.

Foto © Agencia Hoa-Quí, Paris



que "cada vez que un anciano muere, es una biblioteca que se quema".

En Africa a los viejos no solamente se los respeta, también se los teme. Mas, si un anciano no se halla en buenos términos con los demás miembros de su familia, la fuerza mágica que posee puede volverse contra él, exponiéndole a que se le considere como un *ndoki* (hechicero, anunciador de maleficios). Puede suceder entonces que se le aleje y destierre de la aldea, pero por lo general se logra apaciguarle con regalos para que retire sus maleficios y bendiga las empresas de los jóvenes.

Con el avance de la edad y el debilitamiento de su fuerza física, el anciano se torna dependiente y al miembro más joven de la familia incumbe ocuparse de él. De ahí que cada hombre aspire a tener una descendencia numerosa que le garantice seguridad dentro de la familia y de la sociedad. Pero estos comportamientos sólo tienen validez cuando todos viven en la misma aldea y según el sistema tradicional.



**Bastón tshokwe (Angola) coronado por una cabeza con el peinado alto propio de los jefes. En las volutas del peinado se ven dos cabezas diminutas. (Longitud: 61 cm).**

Pese a ello existe en nuestros días el peligro de que los ancianos queden excluidos o aislados de la vida social cuando los jóvenes se van a la ciudad o a un país extranjero. Con la erosión de los valores tradicionales, la introducción de la escuela occidental moderna y la progresión de los valores individuales comienza a aparecer en algunas ciudades africanas el espectro de los hogares para ancianos. ¿Qué hacer?

La afirmación de la identidad cultural y la revalorización de las tradiciones africanas

Los bastones de jefe africanos, auténticas joyas de la estatuaria, objetos de prestigio y símbolos de autoridad, desempeñan un papel importante en las reuniones de viejos de clanes diferentes en ciertas regiones. En esas reuniones, la escultura del pomo —antropomórfica o animalesca— simboliza al antepasado cuyos intereses defiende el jefe. En la foto, un bastón de jefe tshokwe con empuñadura antropomórfica recubierto de clavos de cobre; procede del distrito de Cubango, Angola. (Longitud: 77 cm).

**Bastón de madera rojo oscuro con cabeza femenina, procedente de la región de Capico, Angola. (Longitud: 105 cm).**



podrían servir de guía a la juventud en la construcción de un Africa moderna que no se base únicamente en valores importados que no corresponden a las condiciones socioeconómicas del continente. Se desterraría así esa concepción individualista en virtud de la cual se obliga a las personas de cierta edad a jubilarse y se las coloca al margen de la sociedad porque ya no son físicamente productivas, olvidando la contribución espiritual que los viejos pueden hacer a la colectividad.

"El espíritu de los viejos no se jubila." Convendría, pues, a fin de mantener los contactos entre unos y otros, incitar a los jóvenes a que frecuenten la compañía de los ancianos, poseedores de la sabiduría y de la ciencia de la vida, sin dejar de reconocer por ello el valor de la ciencia y de la técnica de Occidente.

Ese retorno al saber de los ancianos puede consistir en fomentar las visitas de

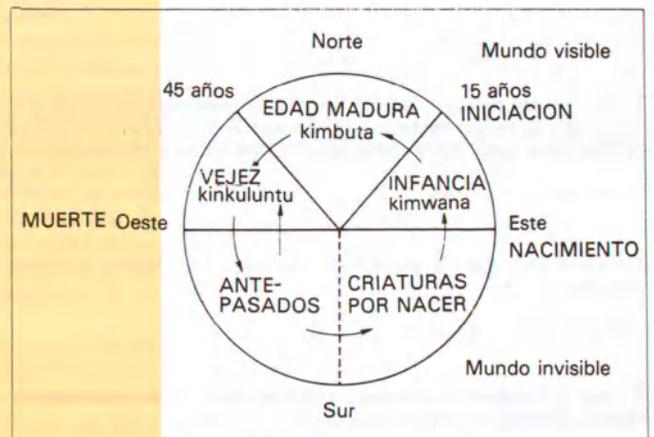
las personas de edad a las escuelas. Se les invitaría así a contribuir a la enseñanza mediante el relato de sus experiencias, de la historia y de los saberes tradicionales que sólo ellas pueden transmitir. O podrían contribuir también a la creación de "bancos de datos" de esos saberes.

Habría que desarrollar esta posibilidad de integrar a los viejos mediante su participación activa en la educación de los jóvenes, ya que aquéllos tienen un papel que desempeñar en la sociedad africana contemporánea y ésta es la única manera de impedir que se aislen de las demás generaciones. Los ancianos tienen todavía algo que decirnos y no cabe considerar como anacrónico el respeto de que ha sabido rodearlos la sociedad tradicional. Hay que preservar el sistema basado en la jerarquía de edades y en el culto de los antepasados readaptándolo a las condiciones del Africa contemporánea, donde coexisten los valores africanos y occidentales. □

**Bastón de madera procedente del distrito de Yugu, Daho-mey, cuya empuñadura representa un animal fantástico. (Longitud: 98 cm).**



Fotos © Fototeca del Museo del Hombre, París



El círculo de la vida en la cosmogonía africana.

# La familia y los viejos en China

por Yi Shui

**E**N el mundo entero están desapareciendo muchas tradiciones, pero en China la costumbre tradicional de que cohabiten bajo el mismo techo las varias generaciones de una misma familia se mantiene vigente y las personas de edad avanzada siguen ocupando un lugar importante en el universo familiar.

Es corriente que tres familias vivan en un mismo hogar. Los vínculos tradicionales han creado de este modo una interdependencia entre los grupos de diversas edades. Los abuelos desempeñan una función activa en el hogar, cuidando de los nietos y participando en los trabajos domésticos de acuerdo con sus posibilidades. A su vez, los hijos se ocupan de atenderles y cuidarles.

Por regla general, cuando el último de los hijos se ha casado, los padres siguen viviendo con alguno de ellos. Pero, desde el momento en que comienzan a ganarse la vida, todos entregan a sus padres una suma de dinero según sus posibilidades. De todos modos, muchos matrimonios ancianos que perciben un salario o una pensión se niegan a recibir esta ayuda.

Las pensiones y la edad de jubilación las determina el Consejo de Estado —el más alto organismo gubernamental de China— y sólo conciernen a los trabajadores de la ciudad. Las jubilaciones equivalen a una suma que oscila entre el 60 y el 90 por ciento del salario. Los obreros y las obreras del sector industrial se jubilan a los 60 y a los 50 años, respectivamente. En el sector terciario, la edad mínima para la jubilación de las mujeres es de 55 años. Sin embargo, una persona que llega a la edad de jubilación puede conservar su empleo si tiene las aptitudes necesarias y goza de buena salud.

Muchos jubilados tratan de ser útiles en su hogar o en el seno de la comunidad, par-

ticipando gratuitamente en las actividades del barrio, ayudando a los niños a estudiar sus lecciones o prestando otros servicios.

Veamos el caso de un matrimonio de Pekín, similar al de muchos otros en China.

Song Fengzhi, de 63 años, y su marido Ding Shuangyin, de 69, tienen tres hijos, una hija y cuatro nietos. Viven con su hijo mayor y la mujer de éste; su segundo hijo vive en casa de sus suegros, que no tienen otros hijos; la hija se casó con un oficial del ejército y el matrimonio habita en el cuartel del marido; el hijo menor es soltero y vive con sus padres. Hace ya catorce años que los dos matrimonios viven juntos. Todos se entienden bien. La nuera, Liu Muzhen, jamás riñe con sus suegros. Comprende que para ellos no ha sido fácil criar a cuatro hijos. « Mis suegros envejecen y necesitan la ayuda y el sostén de la generación joven », dice Liu. « Mi deber es respetarles y ocuparme de ellos ».

Song creció en la China feudal y se vio obligada a servir a los padres de su marido como criada. No quiere que esta situación se repita. « Sufri mucho con mi condición de nuera en la familia de mi marido y no quiero que alguien de mi familia pueda padecer una existencia miserable como ésa. A mi nuera la trato como si fuera mi propia hija y ella está siempre atenta a mis necesidades », declara Song. La joven pareja trata de entregar lo que gana a los padres del marido, pero éstos rechazan ese dinero. « Nosotros tenemos un ingreso regular. No necesitamos el dinero de nuestros hijos. Pero ellos quieren a toda costa darnos el dinero o hacernos regalos ».

Song trabaja en el comité de barrio, una organización autónoma creada por los vecinos. Ding es guardián nocturno en el taller de costura que administra el comité. La familia pasa todas las noches reunida y el resto del clan va a visitarles el domingo o los fines de semana.



1



YI SHUI, de la República Popular de China, es miembro del comité de redacción de la revista China Features de Pekín.

**1.** El "tai chi chuan", la tradicional gimnasia matinal de los chinos, está nuevamente de moda. En el Bund, el paseo marítimo de Shanghai, un viejo enseña la bella disciplina a un muchacho.

Foto Paolo Koch © Rapho, París

**2.** En la comuna china de Hian, un viejo campesino en pleno esfuerzo.

Foto Martine Franck © Magnum, París

**3.** Song Fengzhi y su esposo Ding Shuangyin, ambos sexagenarios, disfrutan de la compañía de sus nietos.

Foto ANNCH, Pekín

3



**Obrera anciana de la ciudad china de Kweilin, ya jubilada.**

Foto Eve Arnold © Magnum, París



2

En otras familias, los hijos que no viven en la misma ciudad van generalmente a visitar a sus padres en las fiestas tradicionales, como la de Año Nuevo, la Fiesta de la Primavera, el 1° de Mayo y la fiesta nacional. Los padres también suelen visitar a los hijos que viven en otras regiones del país.

Los campesinos pueden seguir desempeñando algunas actividades agrícolas, cualquiera que sea su edad, puesto que para ellos no existe ni edad ni pensión de jubilación. Sin embargo, desde el año pasado algunas de las comunas más ricas pagan una asignación a los trabajadores agrícolas que debido a su edad avanzada han dejado de trabajar. Según datos del Ministerio de Asuntos Civiles, 133.000 campesinos jubilados que viven en las comunas vecinas a

Shangai reciben subsidios sociales.

Estas asignaciones varían según la aldea y dependen del nivel de vida de la región y de las cosechas del año. Algunas comunas toman en consideración estos dos factores y proporcionan subsidios en forma de alimentos, combustibles o ropa a las familias que tienen a su cargo personas de edad avanzada. El Gobierno espera que este sistema de pensiones modifique la costumbre, profundamente arraigada, de procrear numerosos hijos para tener asegurada la vejez.

En el campo los hijos adultos solteros entregan habitualmente sus ingresos a sus padres, los cuales suelen construir casas de dos o tres habitaciones para que sus hijos vivan en ellas después de casados. Esas nuevas casas están cerca de la de los padres. Se-

gún la tradición, las hijas casadas viven con sus suegros. Si una familia tiene una hija única, los padres aceptan que su yerno vaya a vivir con ellos.

Las personas de edad que no han tenido hijos pueden vivir en los hogares para ancianos. Las autoridades de las ciudades y de los distritos tienen a su cargo unos 500 establecimientos de este tipo; otros 7.500 son administrados por las comunas y por las brigadas de producción. En esos hogares se proporcionan a los residentes alimentación, vestido, asistencia médica, alojamiento y, llegado el caso, los servicios funerarios. Sin embargo, muchas personas de edad sin hijos prefieren vivir con parientes que gocen de una mejor situación económica. □



# Los centenarios de los altos valles



1. Vilcabamba (Ecuador); 2. Hunza (Paquistán); 3. Abjasia, Georgia (URSS)



A sus 92 años, José María Roa, albañil de Vilcabamba (Ecuador), sigue trabajando con el barro y los ladrillos.

**A** los alquimistas medievales en busca de la piedra filosofal que prolongaría la vida y transformaría los metales comunes en oro les habría encantado conocer a los habitantes del valle de Vilcabamba, en Ecuador.

Clodovea Herrera, otra anciana de Vilcabamba, tiene 103 años pero aun conserva toda su habilidad en el manejo del uso.



Micaela Quezada, centenaria de Vilcabamba, continúa tejiendo infatigable los hilos del tiempo.

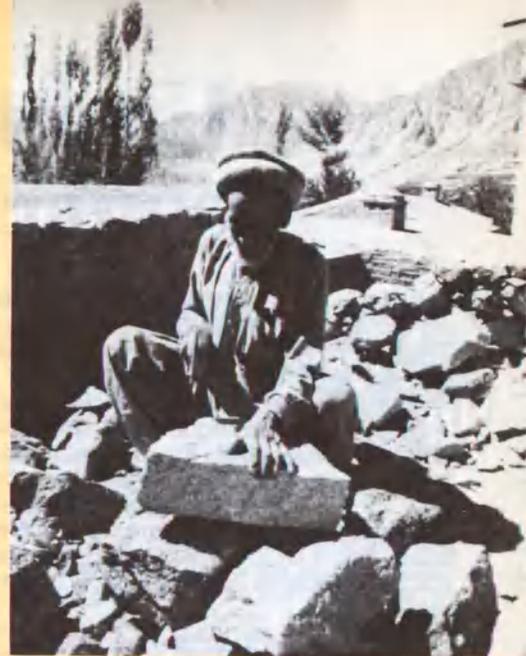
políticos o geográficos (se trata de una zona libre de terremotos). El valle es sobremanera tranquilo y su clima uniforme, con la misma radiación solar cada día y una brisa constante que sopla siempre en la misma dirección”.

“Naturalmente — continúa Davies— es a esa tranquilidad a la que los médicos ecuatorianos y extranjeros que han visitado el valle y han estudiado a sus pobladores atribuyen la longevidad de éstos... La hipertensión, las

enfermedades cardíacas y el cáncer son relativamente raros. La muerte, por lo general, es resultado de un accidente o de la gripe transmitida por los pocos forasteros que visitan el lugar."

Resulta particularmente extraordinario el hecho de que los vilcabambeños beban "de una a cuatro tazas de ron por día" y fumen "de cuarenta a sesenta cigarrillos diarios", aunque se trata de un ron no refinado y de cigarrillos fabricados allí mismo con el tabaco que cultivan en sus huertas. Menos insólita es su dieta pobre en calorías: sólo un promedio diario de 1.700 por persona, obtenidas en su mayor parte a base de legumbres y frutas.

Vilcabamba es uno de esos lugares diseminados por el mundo — como la región de Hunza, en la alta cordillera paquistaní del Karakorum, o la Abjasia y el Azerbaiján soviéticos del Cáucaso— donde, por razones ignoradas



Alto y fornido, este veterano picapedrero de Hunza, en la cordillera de Karakorum (Asia central), continúa impávido su duro trabajo.



Recogiendo la cosecha en Hunza.

Sin embargo, no se ha establecido aún la relación exacta, si la hay, entre la vida en grandes altitudes y la longevidad. Una encuesta realizada por el Laboratorio de Gerontología Social de la Unión Soviética entre más de 40.000 habitantes del Cáucaso demuestra que los más viejos rara vez han cambiado de empleo o se han divorciado y que observan una dieta exclusivamente vegetariana. Un estudio efectuado en Hungría en 1965 entre 23 personas centenarias reveló que también habían sido vegetarianas la mayor parte de su vida y que, a diferencia de los vilcabambeños, habían bebido poco alcohol y fumado rara vez. Pero, por otra parte, se tiene conocimiento

Con qué resolución maneja la azada esta anciana de la Georgia soviética.



Fotos John Laumois © Rapho, París



Anciana separando frutos secos, en el grandioso escenario montañoso de Hunza.

to de la existencia de un número insólito de personas que viven hasta una edad muy avanzada en la tundra soviética y cuya dieta contiene grandes cantidades de grasas animales provenientes de sus hatos de renos.

Semejante contradicción entre las dietas alimentarias y otros hábitos pone simplemente de relieve la necesidad de estudiar el fenómeno de la longevidad dondequiera que se produzca con relativa frecuencia, y parece indicar que la ciencia moderna está tan lejos como la alquimia medieval de descubrir ese inalcanzable elixir de la vida. □

# Un mundo que envejece

## Datos y cifras



- El grupo de edad integrado por las personas de 60 años o más es el sector de la población que más rápidamente aumenta en el mundo.

- Se espera que la población mundial se triplique en los 75 años que van de 1950 a 2025. En cambio, según estimaciones de las Naciones Unidas, el número de personas de más de 60 años se multiplicará por cinco y el de más de 80 por siete durante el mismo período. Esto significa que si en 1950 había una persona de más de 60 años por cada doce, en 2025 esa proporción será de una por cada siete.

- En 1950 se calculaba en 214 millones el número de personas de más de 60 años en todo el mundo. Hacia 2025 esa cifra será de 1.121 millones.

- El envejecimiento de la población resultará sobre todo espectacular en los países en desarrollo, donde se espera que el número de personas de más de 60 años se sextuple entre 1950 y 2025, alcanzando la cifra de 800 millones.

- En 1950 vivían en las regiones en desarrollo solamente el 56 por ciento de las personas de más de 60 años de todo el mundo, proporción que en 2025 llegará al 72 por ciento.

- El incremento más rápido del número de personas de más de 60 años en el mundo en desarrollo se producirá entre los años 2000 y 2025, periodo en el cual ese grupo de edad se multiplicará por 15 en países como Bangladesh, Brasil, México y Nigeria.

### Salud

- Los ancianos que en gran número vivirán en 2025 serán los sobrevivientes de la población que actualmente cuenta entre 15 y 35 años. Su supervivencia se deberá en gran parte a los progresos alcanzados en materia de salud, higiene y nutrición. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el incremento de la esperanza de vida proviene en casi un 70 por ciento de esos progresos.

- El proceso natural del envejecimiento no conduce forzosamente a la incapacidad. Las personas sanas pueden seguir activas y vigorosas hasta su muerte. Investigaciones recientes han demostrado que son los efectos acumulados de la enfermedad los que determinan la invalidez o incapacidad relativa de los ancianos.

- La OMS ha calculado que el 75 por ciento de las personas de más de 60 años se mantienen activas y siguen siendo capaces de bastarse a sí mismas en las regiones más desarrolladas y que menos del cinco por ciento se encuentran gravemente incapacitadas por atrofia irreversible del cerebro.

- La proporción de ancianos incapacitados es mucho mayor en los países en desarrollo debido a que en éstos son muchos los que han sufrido a lo largo de toda su vida de malnutrición y de enfermedades. Según una encuesta entre personas de más de 60 años realizada en Costa Rica, el 85 por ciento sufrían de la vista y el 66 por ciento de artritis.

- En el mundo entero la mayoría de los ancianos incapacitados son cuidados en el hogar. Se calcula que incluso en las regiones más desarrolladas las instituciones especializadas se ocupan de menos del cinco por ciento de los ancianos de más de 60 años.

### Las mujeres

- En casi todos los países las mujeres alcanzan una edad más avanzada que los hombres. La mayoría de los especialistas e investigadores atribuyen este fenómeno a diferencias genéticas.

- Como resultado de ello, las ancianas exceden en número a los ancianos. Esta diferencia es particularmente acusada en las regiones más desarrolladas donde la proporción de mujeres sexagenarias en relación con los hombres de la misma edad era de 100 a 74 en 1975. La proporción era aún mayor en los grupos de edad más avanzada: por cada 100 mujeres mayores de 80 años sólo se contaban 48 hombres de la misma edad.

- En los países en desarrollo el número de hombres y de mujeres sexagenarios es casi igual. Pero con el desarrollo aumentará la diferencia entre la esperanza de vida de uno y otro sexo y las mujeres de más de 60 años estarán en mayoría.

### Urbanización

- Mientras los miembros jóvenes de la familia emigran a las zonas urbanas en busca de empleo, los ancianos se quedan en el campo. Como en las ciudades en expansión un nivel de vida más alto brinda a esos jóvenes una vida más larga, las Naciones Unidas calculan que hacia 2025 la mayoría de los ancianos del mundo en desarrollo vivirán en las zonas urbanas.

- En las regiones más desarrolladas ya ha tenido lugar este proceso de urbanización y la mayoría de la población vive actualmente en las ciudades. En 1975 vivían en ellas dos tercios de las personas mayores de 60 años. Hacia el año 2000 esa proporción será del 60 por ciento y seguirá aumentando hasta que las tres cuartas partes de los ancianos del mundo desarrollado vivan en las ciudades.

### Empleo

- La Oficina Internacional del Trabajo (OIT) estima que sólo el 39 por ciento de los hombres y el 12 por ciento de las mujeres mayores de 65 años estaban empleados en 1975. Se prevé que estas cifras disminuirán, de modo que en el año 2000 sólo el 27 por ciento de los hombres y el diez por ciento de las mujeres de esa edad tendrán un empleo. (El término « empleo » excluye aquí la realización de las tareas del hogar y las que entraña la producción de alimentos para el consumo doméstico).

### Jubilación

- La mayoría de los países industrializados establecen una edad fija para la jubilación, momento en el cual las personas que tienen un empleo regular dejan de trabajar y reciben una pensión de la seguridad social. La edad de la jubilación se sitúa entre 60 y 65 años para los hombres y entre 55 y 60 para las mujeres.

- Para las personas jubiladas el problema principal radica en la importancia de las pensiones que reciben. Los economistas de la OIT recomiendan que las pensiones de jubilación públicas equivalgan al 65 por ciento, por lo menos, del salario. Pero incluso en las regiones más desarrolladas son muy pocos los países donde las pensiones alcanzan el mínimo recomendado.

- Casi todos los países en desarrollo cuentan también con un sistema público de pensiones pero éstas suelen limitarse al número reducido de personas con un empleo remunerado regular.

- La OIT estima que sólo el 23 por ciento de los trabajadores varones y el seis por ciento de las trabajadoras recibirán pensiones hacia el año 2000.

### Dependencia

- El envejecimiento de las personas se produce a un ritmo más acelerado que el nacimiento de niños que puedan ocuparse de ellas en su ancianidad. En 1950 había 19 personas mayores de 60 años y 45 niños menores de 15 por cada 100 adultos comprendidos entre los 15 y los 59 años. Se prevé que hacia 2025 habrá 40 personas de más de 60 años y sólo 35 niños por cada 100 adultos activos.

- La OIT prevé que hacia el año 2025 habrá en los países industrializados 270 millones de personas de más de 55 años económicamente inactivas, lo que significa que por cada 100 trabajadores habrá 38 ancianos dependientes, es decir el doble que en 1950.

- En Austria hay ya actualmente un pensionista por cada dos trabajadores. Se calcula que la « relación de dependencia » se duplicará en Asia oriental hacia el año 2025, cuando en China haya por cada tres adultos activos una persona de más de 60 años dependiente. □

# Como puede ayudar la familia a los ancianos

*Del 29 de marzo al 2 de abril se celebró en Viena un coloquio sobre el envejecimiento y la vejez en el que participaron representantes de 259 organizaciones especializadas de 43 países. El propósito de esa reunión, patrocinada por los Comités de Organizaciones No Gubernamentales de Nueva York y de Viena y por el Centro Internacional de Gerontología Social, era preparar un informe sobre los problemas del envejecimiento y de la tercera edad como contribución a la Asamblea Mundial de las Naciones Unidas sobre el Envejecimiento que se celebró posteriormente en la misma capital austriaca. Reproducimos a continuación un fragmento del informe.*

**L**A familia sigue constituyendo la mejor garantía para el bienestar físico y espiritual de sus miembros de edad más avanzada.

La forma y el significado de las relaciones en el seno de la familia varían de una sociedad a otra según los antecedentes culturales, sociales y económicos, pero siguen siendo esenciales para el mantenimiento de

El estudio de los cambios en la estructura y en las prácticas familiares, caracterizados principalmente por una mayor diseminación geográfica de los miembros de la familia y por las modificaciones de la situación y del papel de la mujer, permite adaptar el funcionamiento de los sistemas de ayuda de la comunidad e impulsa a los gobiernos a adoptar medidas tendientes a fortalecer y

transmisión de conocimientos y capacidades y los vínculos económicos. Sin embargo, tales factores no pueden entrar plenamente en juego si la familia carece de los medios necesarios para satisfacer sus necesidades básicas.

Tomando en consideración estos principios, las Organizaciones No Gubernamentales recomiendan:

a) Que se elabore una política de la edad avanzada, integrada en una política que tenga por base una familia de tres generaciones, y que dentro de la continuidad de la familia se tenga en cuenta a los miembros de mayor edad en un pie de igualdad con los más jóvenes; que, en todas las esferas de la vida, las autoridades públicas brinden su apoyo al establecimiento y desarrollo de las relaciones entre padres e hijos.

b) Que se incremente la capacidad de la familia para asistir a sus miembros de edad más avanzada, tanto en el hogar como en la comunidad,

- mediante una evaluación realista de los cuidados que una familia puede —o no puede— proporcionar a sus miembros de mayor edad,

- suministrando a las familias una información detallada sobre los programas y servicios existentes para ayudar a los ancianos a preservar su autonomía y a mejorar su situación,

- gracias a medios tales como la asistencia médico-sanitaria en el hogar y ofreciendo ayuda moral y espiritual a las familias en lo que respecta a sus responsabilidades esenciales,

- dispensando a quienes asisten a los ancianos la formación y la orientación necesarias para cuidar eficazmente a los que padecen de enfermedades crónicas,

- brindando a las familias que prestan cuidados continuos y a menudo agobiantes a un miembro de edad avanzada la posibilidad de quedar eximidas de cuando en cuando de esa carga mediante sistemas tales como los centros de asistencia y hospitales « de día », durante períodos cortos, días de fiesta o vacaciones,

- atribuyendo a los abuelos tareas y derechos en la crianza y cuidado de sus nietos,

- brindando a los ancianos que no tengan familia la oportunidad de integrarse en un medio familiar.

c) Que se conciba la vivienda de modo que pueda albergar a los miembros ancianos de la familia sin necesidad de restringir inútilmente su autonomía y que la planificación de la comunidad tienda a facilitar la participación de las personas de edad en las actividades vecinales y sociales.

d) Que el papel esencial que desempeña o debe desempeñar la familia en favor de los ancianos no exima a las autoridades públicas de su deber de garantizarles los medios para llevar una vida saludable y digna. □



**Máscara de arcilla de Teotihuacán, fechada entre los años 300 y 600 (29 x 22 cm). Representa a Huehuetēotl, el dios azteca del fuego y la fuerza regeneradora.**

Foto Mario Fantín © Museo del Hombre, París. Colección Dr. K. Stavenhagen, México

la asistencia, la comunicación y la prestación de servicios entre las diferentes generaciones. Naturalmente, estos intercambios funcionan en ambos sentidos: el contacto personal entre los hijos y sus mayores son para unos y otros un medio de realización individual, de educación y de actividad creadora. Y la carga impuesta por las personas de edad queda compensada por las diversas formas de asistencia, en dinero o en servicios, que prestan frecuentemente a sus hijos y nietos. Gracias a esta reciprocidad, en el seno de la familia desaparecen las distinciones basadas en la edad cronológica y disminuyen los conflictos entre generaciones, mientras que la confianza excesiva en las instituciones del Estado acrece la dependencia de los ancianos respecto de otras personas.

complementar la función que desempeña la familia.

La asistencia y los cuidados gratuitos que ésta presta a sus miembros de edad más avanzada representan una porción importante de la economía que no aparece en las cifras del producto nacional bruto. Esta economía « oculta » constituirá, sin lugar a duda, el único medio de garantizar a los ancianos su supervivencia en aquellos países que no disponen de recursos suficientes para prestar una asistencia social.

Se reconoce pues unánimemente que el respeto mutuo entre las generaciones, necesario para afirmar la solidaridad familiar, se basa en los valores morales y filosóficos de las sociedades y las culturas del mundo. Esa solidaridad se fortalece gracias a la

# Visión de los jóvenes

**P**ARA celebrar el aniversario de la proclamación de la Declaración Universal de Derechos Humanos por la Asamblea General de las Naciones Unidas el 10 de diciembre de 1948, la Unesco, con la ayuda de la Comisión Nacional Francesa, ha venido organizando en los últimos años en su Casa Central de París la Jornada Anual de la Juventud en pro de los Derechos Humanos.

Cada año, según sean los acontecimientos internacionales, se escoge un tema distinto para ese día. Este año se inspiró en la decisión de las Naciones Unidas de reunir en Viena, del 26 de julio al 6 de agosto, una Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento.

En consecuencia, en 1982 la Jornada ha estado dedicada a la discusión por los jóvenes de los problemas del envejecimiento y los derechos de las personas de edad. Asistieron a la reunión más de 400 jóvenes de 12 a 18 años procedentes de establecimientos educativos franceses e internacionales, miembros de clubes de la Unesco de diversas regiones de Francia, educadores, miembros de asociaciones de jubilados, de clubes de ancianos y de la Université du Troisième Age de París y varios especialistas en geriatría, gerontología y psicoterapia.

En las páginas siguientes presentamos los resultados de un cuestionario sobre las personas de edad avanzada preparado por la Federación Francesa de Clubes de la Unesco y de un estudio sobre la situación general de esas personas en Estados Unidos de América, Bangladesh, Japón, Reino Unido, Francia, Irán, Canadá y Corea realizado por los estudiantes de la American School de París.



Foto © Canessa, Tolón, Francia

Un abuelo francés lee para sus nietos. La relación entre abuelos y nietos, fuente potencial de enriquecimiento mutuo, se ve hoy socavada en muchas sociedades no por la barrera de la edad sino por el alejamiento geográfico.

# 1. QUE PIENSAN LOS JOVENES DE LOS VIEJOS

Respuestas dadas por jóvenes de más de cuarenta nacionalidades residentes en Francia, cuyas edades van de los 12 a los 18 años, a un cuestionario sobre las personas de edad preparado por la Federación Francesa de Clubes de la Unesco.

## ● Primera pregunta: ¿Tiene usted abuelos y bisabuelos?

— 90 % tienen todavía uno, dos, tres o cuatro abuelos, y  
— 25 % cuentan con un bisabuelo; excepcionales son los que tienen dos o tres bisabuelos.

## ● Segunda pregunta: ¿Vive usted con ellos? En caso negativo, ¿los ve a menudo? ¿Dónde viven?

— 10 % viven con sus abuelos. Uno de los interrogados señala que vivió durante tres años con su abuelo “en perfecta armonía y en un ambiente mutuamente enriquecedor”.

— 10 % pasan uno o varios meses al año con ellos (generalmente durante las vacaciones). Un nieto de campesinos gusta de verlos porque “le recuerdan su propio origen, le llevan a reflexionar sobre su clase social y sobre costumbres que le son caras”.

— 40 % los ven “a menudo, muy a menudo, tan a menudo como les es posible”.

— 40 % los ven con poca frecuencia: varias veces al año; algunos cada 6 u 8 años; dos no conocen a sus abuelos; uno no los ha visto en los últimos tres años, aunque viven cerca.

— La gran mayoría de los abuelos viven en alguno de los siguientes países: Francia, España, Portugal, Italia, Alemania, Holanda, Bélgica, Gran Bretaña y Estados Unidos, y una minoría en Suecia, Noruega, Dinamarca, Irán, Líbano, Israel, Japón, Bangladesh, Perú, Argelia y Polonia.

## ● Tercera pregunta: ¿Conoce a personas de la tercera edad que vivan cerca de usted y, en caso afirmativo, qué relaciones mantiene con ellas?

— Dos jóvenes se dicen sorprendidos por el empleo de la denominación *tercera edad*, “como si se tratara de una comunidad aparte”.

— 30 % no conocen personas de edad. Algunos lo lamentan, pues quisieran saber cuál es la opinión de esas personas sobre los jóvenes.

— 70 % sí conocen. Sus relaciones con las personas de edad, frecuentes o no, son en la mayoría de los casos amistosas: “discutimos con ellas, las ayudamos, les hacemos las compras, las acompañamos”. Uno de los jóvenes quiere “romper por un instante la soledad de esas personas”; otro ha “adoptado” a un matrimonio de la tercera edad para sustituir a un abuelo que reside demasiado lejos; otro afirma que mantiene relaciones de “adulto” con las personas de edad; otro sólo puede tener con ellas relaciones “de respeto y nada más”.

En las zonas rurales a las personas de edad “las invitan a todas las fiestas”. Las relaciones entre jóvenes y viejos son mejores en el campo que en la ciudad.

Las relaciones de algunos jóvenes con las personas de edad son de indiferencia... Sólo uno tiene con ellas relaciones inamistosas.

## ● Cuarta pregunta: ¿Existe cerca de su casa un asilo de ancianos, un hogar para jubilados, una residencia para personas de la tercera edad?

Sí: 59 %. No: 30 %. No saben: 6 %. No responden: 5 %.

## ● ¿Ha entrado usted en alguno de esos lugares? ¿Por qué?

— 25 % han estado allí; la mayoría de ellos han ido para visitar a un pariente o con motivo de una actividad organizada por la escuela o por los “scouts”. Algunos fueron especialmente con motivo del cuestionario de la Unesco.

— 60 % no han estado nunca allí; la mayoría porque no se les ha presentado la oportunidad, porque no conocen a nadie o porque no se atreven. Son numerosos los que no quieren ir o no tienen valor para ello, porque les da pena o incluso “horror”. Algunos no quisieran molestar.

— 15 % no se sienten afectados por el problema o no responden.

## ● ¿Cómo imagina usted que se vive allí?

— 5 % no saben.

— 10 % piensan que *depende*. Depende de si se trata de una institución buena o mala; existen “morideros” pero también hogares de ancianos “como un hotel”. Depende de los recursos económicos de esas personas, de su carácter y de su adaptabilidad y, sobre todo, de si reciben visitas de sus parientes o si están solas y abandonadas; de si han ingresado obligadas o voluntariamente. Algunos de esos hogares son muy estrictos y severos y otros más libres y alegres.

— 25 % piensan que las personas *viven bien* en esos establecimientos, pues gozan de protección y de cuidados y, sobre todo, no se hallan solas. Allí encuentran calma y tranquilidad para pensar, ya que en el mundo exterior, “que ha cambiado tanto, se sienten perdidas...” Algunas prefieren aislarse del exterior... Participan en numerosas actividades organizadas, como juegos y salidas. Conversan entre sí, conviven como los alumnos de un colegio, son felices... Existe armonía, el personal es bueno, el ambiente es agradable... Tienen televisión...

N.B. - 1. *Los que piensan así no han entrado nunca en uno de esos hogares, sólo han “oido hablar” de ellos.*

2. *Las opiniones de los jóvenes de provincia sobre esos asilos son mucho más positivas que las de los jóvenes de la región de París.*

— 60 % piensan que allí las personas *viven mal*, muy mal, que son desgraciadas, que están tristes (“lugares siniestros”), abandonadas por sus familias. La sociedad se deshace de ellas porque ya no las necesita, porque “no sirven para la producción del Estado”, porque son “desechos” molestos, y esos hogares son un medio fácil para librarse de tales estorbos. Las personas que allí viven se sienten frustradas, se aburren, les imponen actividades poco creadoras... Se las despoja de su personalidad, de su dignidad, de sus objetos, de sus recuerdos.

Las envían a esas “guarderías” como si fueran niños; ya no las consideran como seres humanos. No viven, sino que simulan vivir; subsisten “almacenadas”, secuestradas como en una prisión o un hospital. Viven al margen de la vida y no son más que “despojos”. Algunas de esas personas son maltratadas... Allí su vida no es más que reiteración de hábitos, monotonía y soledad, sin contacto con el exterior... “Quienes entran y salen de allí viven permanentemente tristes...” “Sentadas, esas personas esperan pacientemente la llegada de la muerte...” “en estado de hibernación”... “Es triste, muy, muy triste... algunas han perdido la razón... hay incidentes verbales, silencios interminables, lentos pasos en las escaleras de seres inanimados... Todo ello en una penumbra soporífera...” Es “la cabina de pruebas antes de vestirse de esqueleto”. En esos hogares envejecen aún más... Existe una edad a partir de la cual es malo vivir separado de la juventud, de la alegría, sólo entre viejos... “Necesitan protección y la familia es la que debe ayudarlos...” “Me da pena saber que a partir de cierta edad el hombre debe estar a cargo de una asociación; eso no me parece digno...” “Me parece inaceptable que en 1982 existan todavía asilos que fueron construidos el siglo pasado...” “Cuando visito un asilo me echo a llorar...” “¡Es espantoso!...” “Desgraciadamente, sé cómo viven y no puedo hacerme ilusiones...”

## ● Quinta pregunta: ¿Considera usted que en todas las sociedades las personas de edad tienen el mismo destino que en Europa? ¿Qué ejemplos conoce?

— 5 % piensan que las personas de edad no se hallan más integradas en el resto del mundo que en Europa, que la diferencia no es entre las diversas sociedades sino entre personas de edad ricas y personas de edad pobres, y que todas tienen como rasgo común la tristeza.

— 10 % *no saben*, no conocen ejemplos “porque no han viajado mucho”. Estiman, de todos modos, que la vejez es diferente según sean la mentalidad, las costumbres, la religión, el sistema político y la ideología. Sea cual sea la sociedad, las personas de edad son felices cuando viven con sus familias. Los entrevistados “esperan que las traten mejor que en Europa”, pero afirman que “también es posible que la situación sea peor...”

— 85 % piensan que las personas de edad tienen existencias muy diferentes. En su gran mayoría los entrevistados hacen una comparación entre el lugar que las personas de edad ocupan en Europa y

el que se les asigna en África, Asia, América Latina y los países árabes.

En las sociedades tradicionales los ancianos reciben los cuidados de la familia ("aunque hayan perdido en parte la razón..."), permaneciendo en su seno hasta el día de la muerte. Se los respeta porque ellos son los que han dado la vida. Los ancianos representan el conocimiento y la sabiduría, siendo a veces venerados "como semi-dioses". Se los toma como modelos y se les requiere su consejo en las grandes decisiones. Ellos enseñan a los jóvenes, y son escuchados y temidos. Rara vez se rechaza a un anciano. Su papel es el de jefe y factor de unidad de la familia. "Se necesita incluso ser viejo para ser tomado en serio..." "La palabra de un anciano es la Palabra Pura..." "Sus palabras son de oro..."

En Europa, en cambio, disfrutan de más comodidades y de mejor atención médica, reciben ayudas del Estado, pero "su miseria psicológica es más profunda", porque no viven en el seno de la familia. "Cuando ya no sirven para cuidar a los niños las personas de edad son abandonadas en un asilo. Las demás generaciones las rechazan y el respeto de que gozan es muy inferior al que rodea a las personas de edad en las otras sociedades. Su suerte depende mucho de cuál haya sido su profesión. Un banquero suizo podrá pagarse cruceros de placer, mientras que un agricultor podrá cultivar su jardín y descansar".

Otros piensan que en algunos países árabes y latinoamericanos las personas de edad son más desgraciadas que en Europa. Realizan trabajos muy duros, y a veces se las maltrata; son marginadas y abandonadas en las calles cuando ya resultan inútiles o padecen enfermedades como la lepra... Los demás las dejan morir... No existen asilos que puedan acogerlas y se desconoce la ayuda social. Para esos países es más urgente conseguir que los niños puedan sobrevivir... Las personas de edad sin familia son muy desgraciadas... En algunas tribus son un estorbo, debido a los cuidados que necesitan... Para poder comer y no morir de hambre, deben seguir en actividad y mostrarse útiles hasta que las fuerzas les falten.

Los entrevistados mencionan algunos países:

— En España, en Portugal y en Italia las personas de edad gozan de respeto. Los hijos tienen el deber de cuidar a sus padres hasta el último día. (Lo mismo sucede en Japón, en la URSS, en Irán, en China...)

— En Israel tienen hasta el final plena participación en la vida.

— En la URSS viven aisladas.

— En Japón envejecen más lentamente gracias a los deportes.

— En China el hombre casado daba más importancia a su madre que a su mujer (hasta hace poco...)

— En Estados Unidos las personas de edad son víctimas del "mito de la juventud", pero se hallan mejor integradas porque desde temprano se preparan para la jubilación.

— Entre los esquimales los ancianos abandonan la comunidad y van a morir sobre los hielos, a fin de no ser una carga para su tribu.

Son numerosos los que llegan a la conclusión de que, "a medida que se desarrollan, los países dejan cada vez más en situación de abandono a las personas de edad".

### ● Sexta pregunta: ¿A qué edad comienza la vejez?

— 45 % mencionan una edad o una gama de edades entre 50 y 80 años, siendo gran mayoría quienes sitúan el comienzo de la vejez entre 60 y 70 años; pero algunos lo fijan a los 20, 35, 42 o 45 años. Uno de los interrogados "no quiere ser categórico, pero piensa que a partir de los 80 años ya no se tiene 20..." "La vejez comienza a los 40 años, porque a partir de esa edad no se puede encontrar trabajo..."

— 55 % piensan que no hay una edad fija, que depende fundamentalmente del carácter, de la "juventud del espíritu": "¡Hay quienes son un despojo humano a los 50 y quienes a los 70 se hallan en su mejor forma! A los 80 una persona puede sentirse feliz y radiante".

"Un hombre o una mujer es viejo cuando se siente tal..., cuando ya no ama la vida..., cuando se aísla..., cuando comienza a declararse viejo..., cuando así lo quiere..., cuando está solo y es rechazado por los jóvenes..., cuando lo dejan en un asilo..., cuando ya no puede trabajar..., cuando se ha agotado su vida sexual..., cuando ha dejado de soñar y de tener esperanza..., se es viejo toda la vida..., el envejecimiento comienza al nacer..., uno es viejo el día de su entierro..., para no envejecer nunca basta con sentirse joven..."

### ● Séptima pregunta: ¿Se siente usted envejecer?

— 8 % responden que un poco, de vez en cuando, psíquicamente sí, moralmente no (y viceversa); "¿se envejece cuando se tiene un año más o cuando se adquieren responsabilidades?"

— 20 % responden que sí. "Después de cada experiencia..., cuando tengo problemas..., cuando pienso en mi infancia..., a medida que crezco..., sobre todo después de la muerte de mi abuelo..., a los 15 años estoy al comienzo de la pendiente..., sé que el día de mi nacimiento comencé a morir..."

"Sí, porque ya dejé atrás la inocencia..., porque me enriquezco espiritualmente..., sí, pero trato de no pensar, de adaptarme..., mientras siga viviendo con mis padres eso no tiene importancia..., es un sentimiento que me obsesiona..."

— 72 % responden que no "porque se sienten jóvenes, llenos de vida..., porque tienen el tiempo por delante..., a los 20 años quizás..., porque sólo los demás envejecen..., porque no piensan en ello". Pero son numerosos los que sienten que cambian, que maduran...

### ● Octava pregunta: ¿Ha imaginado usted que algún día pertenecerá al grupo de la tercera edad?

— 10 % no saben, no piensan en ello, pensarán "cuando llegue el momento...". "Desde lo alto de mis catorce años no puedo pensar en eso".

— 25 % no se lo imaginan o les cuesta imaginárselo "porque es tan agradable ser joven",... "porque, aún siendo vieja, no seré como los viejos",... "porque la sociedad nos obliga a vivir al día"...

— 65 % se lo imaginan: "Se trata de una Ley de la Naturaleza, de algo inevitable a lo que hay que someterse". A algunos la idea les atemoriza, les angustia, les obsesiona...

### ● ¿Lo desea usted? ¿Por qué?

— 10 % dicen que les da lo mismo y que es un problema que no les afecta.

— 30 % lo desean porque quieren vivir muchos años, gozar al máximo de su vida y de la compañía de su familia, tener nietos, vivir como lo hicieron sus abuelos... "Viviré como mi abuela en un piso pagado por mis hijos y ellos me alimentarán."

Quiéren "disponer de tiempo para descubrir todo lo que no han podido conocer..., realizar todos sus deseos..., hacer una pausa, pensar en lo que lograron hacer de jóvenes..., transmitir sus experiencias, su sabiduría, tal vez revelar sus condiciones artísticas"...

"¡Me parece formidable poder observar el mundo con cierto distanciamiento!"... Piensan que la tercera edad es "una puerta abierta hacia otra vida", una vida diferente pero que puede ser plena y agradable, con distracciones, viajes, muchas actividades. Piensan que se mantendrán activos, jóvenes de espíritu, que seguirán en contacto con los jóvenes y que los ayudarán con su "experiencia de la vida". Serán queridos porque habrán sabido vivir. Sa-



La curiosidad insaciable del niño que quisiera saber lo que pasaba antes de que él naciera se pinta vigorosamente en la expresión de este chiquillo de la República de Corea.

Foto © Denis Stock, Magnum, París



Una abuela filipina emplea un ábaco como auxiliar pedagógico. En las Filipinas es corriente que las personas de edad avanzada velean por el hogar y por los niños en edad preescolar mientras los adultos trabajan fuera.

Foto C.R. Villamarín-Unesco

brán asumir la vida por su lado bueno, dándole un sentido para no aburrirse. “Si uno acepta la vejez, todo andrà bien”.

Esos jóvenes piensan que “es hermoso llegar a viejo,... cada edad depara sus alegrías y ser siempre joven debe ser monótono...”.

“Me siento feliz de tener catorce años, pero también lo sería teniendo setenta”. Algunos formulan reservas: “A condición de tener buena salud,... de tener espíritu juvenil, de vivir rodeado de jóvenes, de no estar en la miseria,... de que no le abandonen a uno en un asilo,... de tener algo que hacer,... y de que todo el mundo pertenezca a la tercera edad.”...

“¡Para mí las arrugas no tienen importancia, siempre que no me llamen vieja!”... Piensan, como Sainte-Beuve, que “envejecer es el único medio que se conoce para vivir muchos años”, pero no tienen prisa y... “cuanto más tarde sea, mejor”. “No quisiera pertenecer de inmediato a la tercera edad pues sólo tengo doce años, pero me gustaría vivir muchos años para llegar a ella”. De todos modos, prefieren formar parte de la tercera edad antes que de la cuarta...

Uno de los interrogados sostiene que después de jubilarse ingresará en un club de jóvenes y no en uno de la tercera edad...

— 60 % no lo desean porque “ya no podrán valerse por sí mismos” y no quieren “causar molestias a los demás,... ser una carga

para sus familias,... estar enfermos,... ser inválidos, hallarse privados de sus facultades, no poder expresarse, sufrir,... estar tristes, no poder divertirse, no poder correr,... llevar una vida monótona, aburrirse, privarse de todo,... no servir ya para nada, no tener porvenir,... ser tal vez internados en asilos, solos, sin visitas,... encerrados todo el día entre cuatro paredes o detrás de un cristal,... hallarse aislados del mundo, olvidados por los jóvenes, ignorados por todos.”...

Temen ser muy desgraciados, sentir la proximidad del fin: “Se ve como uno se marcha suavemente de este mundo,... me sentiré como una hoja muerta”...

Algunos reaccionan airadamente: “¿Quién puede desearlo? ¡Yo amo la juventud, es mucho mejor, es la alegría!... ¡antes morir que envejecer!... ¡tengo catorce años y ya echo de menos mi pasado!... no quiero envejecer, dejar mi lugar a los demás,... envejecer me angustia”. “Ser viejo es espantoso, prefiero no pensar; la vejez es la fealdad, la soledad, la viudez (tal vez), la enfermedad; los padres han muerto; los viejos lloran recordando el pasado, ya no pueden hacer deporte, sus penas no tienen fin, se pasan la vida sentados, solitarios, sin hacer nada”.

● **Novena pregunta: ¿Qué factor, a su juicio, define mejor la vejez?**

*La disminución de las capacidades físicas es lo que más a menu-*

► do mencionan los entrevistados: pérdida de la autonomía personal, dependencia, enfermedad, invalidez, sufrimiento.

*La soledad y el aislamiento del mundo exterior.* Los ancianos ya no se interesan por lo que les rodea, no logran adaptarse a la vida moderna, pierden la capacidad de comunicarse, de comprender a los jóvenes, se sienten “fuera de órbita”, “como un mueble dentro de la familia”, se sienten inútiles (pero “como una persona nunca es inútil, nunca hay que ser viejo”)...

*La disminución de la capacidad intelectual:* memoria, creatividad: “Ser viejo es dejar de crear, de hacer algo personal”.

*El cese de la actividad,* la jubilación. “Un hombre sin actividad equivale a un muerto,... ya no tendré razón de vivir; lo mejor es una muerte súbita y no padecer años de sufrimiento”...

La vejez es también *tedio*, vida monótona, dejadez, dejarse arrastrar. Es *tristeza, pérdida del placer y de la alegría de vivir, melancolía, “espera de la muerte a fuego lento”, miedo de morir.*

*“El que la vejez equivalga a la soledad, a ser inútil y convertirse en una carga,... demuestra la inconsciencia mayúscula de la sociedad”...*

*“La vejez es un retorno a la infancia.”*

*“La vejez es sabiduría.”*

*“La vejez no es sino una etapa de la vida, como la infancia, la adolescencia y la madurez.”*

*“No existe la vejez; existe la vida, y ésta, como el día, tiene sus partes.”*

## 2. UN PUENTE ENTRE GENERACIONES

De la situación general de los viejos en el mundo trató la American School de París, que había llevado a cabo un estudio en los siguientes países: Estados Unidos de América, Bangladesh, Japón, Reino Unido, Francia, Irán, Canadá y Corea. He aquí sus resultados.

La primera conclusión es que las personas de edad gozan de un respeto mucho mayor en los países no industrializados; en ellos viven en contacto con las otras generaciones y a menudo disponen de poder económico y de un considerable ascendiente intelectual.

En los países industrializados la situación de las personas de edad es muy diferente, según vivan en una ciudad o en un pueblo. En los pueblos existe un contacto frecuente y estrecho entre los diversos grupos de edad, que recuerda el de las sociedades tradicionales.

Los *hogares o asilos para ancianos* constituyen un problema candente en las sociedades industriales. En los países escandinavos algunos de esos hogares son demasiado “perfectos”, demasiado organizados, en desmedro de la posibilidad de contactos humanos libres.

Al visitar a personas de edad en esos hogares hemos sido testigos de su profunda soledad. Nuestras visitas fueron recibidas con gratitud. Es conveniente perseverar en el desarrollo de esas relaciones y que las personas de edad busquen, por su parte, el contacto con los jóvenes.

Nuestra experiencia nos llevó a distinguir entre *dos categorías de personas de edad:*

— las de edad avanzada, que a menudo no pueden valerse por sí mismas y que están internadas en hogares. Se hallan muy solas y necesitan, por encima de todo, ayuda moral;

— las más jóvenes, que siguen siendo activas y que deben incorporar a los jóvenes a sus actividades. De ese modo, los jóvenes se prepararán también para la vejez.

● Si existe un problema de las personas de edad es porque no se le ha dado solución, porque hay obstáculos que se oponen a los contactos entre jóvenes y viejos. Esos obstáculos son de diversa índole:

**psicológicos:**

— marginalización por parte de las demás generaciones: “ustedes son viejos”;

— automarginalización; las personas de edad se sienten rechazadas por las demás: “soy viejo”.



Foto Mark Anman © Fotogram, París

Arriba, una aldea abandonada en la región montañosa de las Cevennes, Francia. En los países industrializados la emigración a las ciudades ha trastocado profundamente el sistema de la “familia ampliada”. El mismo fenómeno se está produciendo también en muchos países del Tercer Mundo, con el consiguiente derrumbe de los sistemas tradicionales de asistencia a los ancianos, los cuales se quedan en las aldeas y tienen que arreglárselas por sí solos.

En los medios de comunicación modernos juventud y belleza suelen ser sinónimos (a la derecha), mientras a los viejos o se los olvida o se los presenta como seres solitarios, marginados o decrepitos. Los mitos en torno a la edad afectan sobre todo a las mujeres, aunque sólo sea porque son ellas las que más tiempo suelen vivir. En los Estados Unidos hay movimientos como los Gray Panthers que se esfuerzan por combatir los mitos que forman la imagen de las mujeres ancianas en esos medios.

Abajo, un anciano de 114 años de la isla de Shima, Japón, juega con su gatito. Los animales domésticos son a menudo auténticos compañeros para las personas de edad.

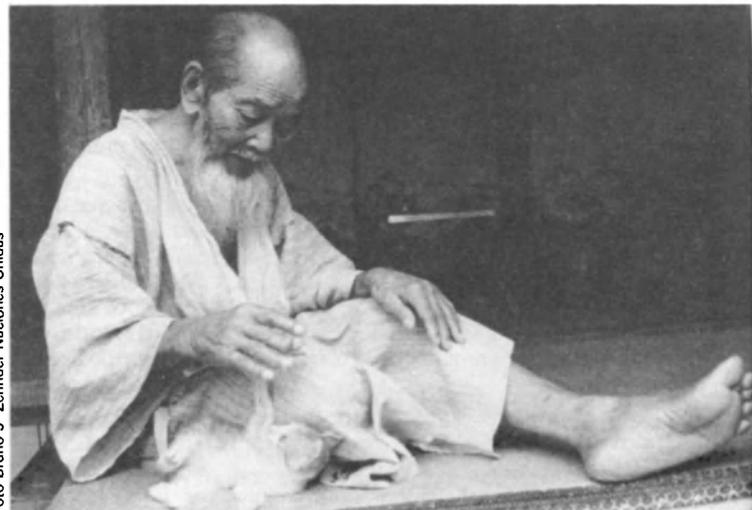


Foto Bruno J. Zehnder-Naciones Unidas

### sociológicos:

- nuestra época fomenta el individualismo y el “todo para los jóvenes”;
- para la sociedad de consumo la persona productiva es útil y la improductiva inútil;
- las condiciones de vida y el anonimato propio de los conjuntos residenciales de las grandes ciudades hacen difícil la comunicación y la acogida de personas de edad en el seno de la familia. No existen lugares adecuados para el encuentro. La célula familiar ha estallado. Los viejos temen salir o recibir a los jóvenes (el peligro de las bandas, de los jóvenes antisociales...).

### afectivos:

- se habla de un “abismo” entre las generaciones: creemos que más bien se trata de una desconfianza recíproca, del temor de ciertos ancianos a inspirar piedad, de indiferencia mutua, de una falta de interés que desemboca en la incomprensión;
- algunas personas de edad dicen que sus contactos con los jóvenes se interrumpen cuando éstos llegan a la adolescencia.

### ● Frente a los obstáculos mencionados, que dificultan la reintegración de las personas de edad en la sociedad, se advierte la voluntad común de dar con una solución

Preciso es, en primer lugar, *costrar conciencia* del problema y de la necesidad de un cambio, el cual debe tener lugar dentro de uno mismo y de los demás. Los jóvenes podemos comenzar por algunos pequeños gestos hacia el medio que nos rodea: sonreír, llevar un paquete... También podemos influir en nuestros parientes, pues hemos observado que nuestras actitudes hacia los viejos suelen ser reflejo de las de nuestros padres hacia ellos.



Foto J. K. © Magnum, París

Luego, se necesita *hacer comprender* a las personas de edad por todos los medios (contacto personal y publicidad, grandes medios de comunicación y asociaciones) que su experiencia, sus conocimientos, su sabiduría y su afecto son beneficiosos para todos; hacer comprender a todos la importancia que reviste la presencia de personas de edad en la sociedad.

● **Hay que lograr que los jóvenes y los viejos se encuentren. Existen, al respecto, diversas experiencias:** un establecimiento de enseñanza secundaria organizó una acertada salida conjunta de alumnos y viejos; estudiantes de liceo enseñan inglés a una persona de edad, la cual les da clases de tejido; en Suecia los alumnos de algunas clases sacan a pasear a los ancianos y les leen el diario; en Francia varios jóvenes restauran un molino siguiendo las indicaciones de los viejos sobre las modalidades tradicionales de trabajo. Existen clubes de personas de la tercera edad cuyos miembros transmiten a los jóvenes viejos relatos, les hablan de la historia de los barrios de la ciudad, les muestran montajes audiovisuales, promueven sesiones de pintura en común; gracias a esas experiencias, la visión de las personas de edad se modifica, influida por la mirada de los jóvenes.

### ● Esos encuentros entre jóvenes y viejos nos han permitido comprobar que:

- las actividades conjuntas son más fáciles en grupos pequeños, pues así se crean mejores condiciones para la comunicación;
- las relaciones con nuestros abuelos son más fructíferas que las que tenemos con nuestros padres, “demasiado ocupados”...;
- todas esas experiencias han contribuido al enriquecimiento mutuo;
- el valioso aporte de las personas de edad es irremplazable no sólo en lo que se refiere a la cocina, al tejido, a la historia, sino también cuando cuentan la época en que han vivido, sus viajes, sus profesiones. Los viejos son verdaderos “archivos vivientes”, y son también nuestras raíces, “el fundamento de nuestra identidad en un mundo en constante búsqueda de sí mismo”.

### ● ¿Qué hacer para multiplicar esos contactos entre jóvenes y personas de edad?

— Dar a conocer las actividades de los clubes de la tercera edad, mediante la colocación de carteles en escuelas secundarias, alcaldías, bibliotecas, asociaciones profesionales; informar mejor sobre las “universidades de la tercera edad” que se hallan abiertas a todos.

— Organizar encuentros promovidos por asociaciones profesionales, culturales, artísticas, deportivas (yoga, gimnasia), humanitarias (ayuda, contactos personales), por los clubes de la Unesco, por las entidades de las escuelas secundarias, por las bibliotecas, por las organizaciones de turismo. Las personas de edad desearían organizar fiestas conjuntamente con los jóvenes, así como proyecciones cinematográficas y reuniones de canto y de danza, preparar poemas, montar obras de teatro, pintar juntos, interpretar piezas musicales. “Nos gusta divertirnos con los jóvenes”, nos dicen esas personas.

— Invitar a las personas de edad a visitar nuestras escuelas y a participar en nuestros “talleres”.

— Participar juntamente en las actividades de la vida local o regional: encuestas sobre el medio ambiente o sobre los problemas de la comunidad, investigaciones acerca de la historia de la ciudad, recopilación de cuentos y leyendas de la región. Las personas de edad piensan que eso puede contribuir a una toma de responsabilidades por nuestra parte.

— Combatir la imagen que los grandes medios de comunicación presentan de las personas de edad, como personas que viven gracias a la ayuda pública, que constituyen un problema para la sociedad, que forman el “gueto de los viejos”, etc. Promover nuevos valores en el seno de nuestra sociedad de consumo, con el fin de compartir con esas personas no sólo las penas sino también las alegrías.

Factores prácticos suelen obstaculizar estos encuentros: ritmos de vida diferentes y distintas posibilidades físicas. Lo importante es suscitar una motivación real en ambas partes; no se trata solamente de multiplicar nuestros contactos personales, sino también de incitar a otros jóvenes a seguir ese camino y de infundir entusiasmo a las personas de edad para que, por su parte, también adopten iniciativas.

### ● Conclusión.

Si queremos favorecer la integración de las personas de edad en la sociedad, los jóvenes debemos contribuir a la organización de encuentros en todos los terrenos: en los planos artístico, cultural, social, en los niveles familiar, local y nacional.

Uno de nosotros dice que “desde el nacimiento y hasta la muerte somos parte de una misma sociedad humana de la que nadie debe ser marginado”.

Muchos de nosotros observamos que, aunque “a las personas de edad a menudo se las empuja sin miramientos o no se las ve o se las olvida, no debe entenderse por ello que no se las respeta”.

Son estudiantes quienes han escrito: “Las personas de edad no piden compasión ni paternalismo, sino el reconocimiento de su derecho a participar en la vida, su derecho al amor y a la felicidad, y es responsabilidad de nosotros, los jóvenes, exigir que esos derechos sean respetados”.

Queremos terminar citando una frase que nos parece bella y que pronunció una persona de edad refiriéndose a los jóvenes: “A ellos nada se les debe, pero todo puede confiárseles, porque son capaces de dar y de recibir”.

# Educación y tercera edad

**L**A población de edad avanzada ofrece hoy una diversidad mayor que la que presentó en cualquier otra época de la historia de la humanidad. Las diferencias principales residen en la situación económica, el marco social y familiar, la salud, la

*Este artículo reproduce los párrafos principales de La educación y el envejecimiento, informe preparado como contribución de la Unesco a la Asamblea Mundial de las Naciones Unidas sobre el Envejecimiento celebrada en Viena del 26 de julio al 6 de agosto de 1982.*

historia personal y profesional de cada individuo, su relación pasada y presente con la educación y la cultura, etc. Naturalmente, las personas de edad presentan enormes diferencias temperamentales —unas son activas, otras débiles o dependientes— como consecuencia de una infinita gama de experiencias formadoras y de múltiples factores sociales. De esta extrema diversidad resulta que toda política nacional, y con mayor razón internacional, en esta materia debe ser concebida y apli-

cada con gran flexibilidad y que hay que considerar con la máxima atención la originalidad de las situaciones de los grupos sociales y de las personas.

Cabría esperar legítimamente que con la tercera edad comenzara una época de bienestar, de libre disposición del tiempo, de infinitas posibilidades de enriquecimiento intelectual y cultural; sin embargo, es notorio que este periodo de la vida es, con mucha frecuencia, fuente de profundas decepciones y de males, entre los cuales no



Foto Roland y Sabrina Michaud © Rapho, París

**“Tu Señor ha dispuesto: ‘No adoraréis a nadie fuera de El; trataréis a vuestros padres con generosidad; si uno de ellos o los dos llegan a la vejez a tu lado, no les digas ¡Uf! ni los recrimines. Háblales con palabras generosas.’”**  
(Corán, XVII 24)

En los países islámicos las enseñanzas del Corán y las vigorosas tradiciones familiares hacen que los ancianos sean personas respetadas y queridas. Refuerza esa tendencia una noción de gran importancia en la ética islámica que se resume en la expresión arábiga *Rida al-walidain*, que cabría traducir más o menos por “Amor y cariño a los padres”. Para un musulmán, gozar del *Rida al-walidain* es una de las dichas mayores que puede depararle la vida. Y una de las peores desgracias que pueden caer sobre un joven musulmán es ser *maghdouban alaihi al-walidain*, es decir maldecido por sus padres. Arriba, lectura del Corán en un bazar de Tashkurgan, Afganistán, en 1968.



Foto © Martine Franck, Magnum, París

Como la mayoría de los países en desarrollo, Kenia está pasando por un proceso de rápido cambio y modernización que somete a fuertes tensiones la estructura familiar tradicional y, en consecuencia, socava el papel educativo y de respaldo social que hasta ahora venían ejerciendo los viejos. La vida familiar se desintegra a medida que los jóvenes emigran a las ciudades en busca de trabajo, dejando a las personas de edad en las zonas rurales. Ello hace impracticable el tradicional papel educativo de los ancianos, a los que el nuevo sistema educativo ofrece escasas posibilidades de intervención, aunque se les ha hecho participar en las campañas de alfabetización popular. Entre los masai, con su aun vigorosa estructura familiar, todavía se reconoce la valiosa contribución que los viejos pueden hacer a la sociedad. Arriba, tres generaciones de una familia masai muy unida.

En los Estados Unidos se están poniendo en práctica una serie de programas innovadores para que los viejos con ingresos modestos puedan capacitarse en la realización de "papeles auxiliares" y colocarse en puestos a media jornada que les proporcionan un pequeño salario. En 1977, en virtud del Foster Grandparents Programme, más de 15.000 personas de edad con ingresos modestos recibieron una formación como cuidadores de niños deficientes. En muchos casos los servicios no se pagan pero aun así las personas mayores los prestan con gusto. Abajo, un voluntario de la Cruz Roja ayudando en un centro para niños deficientes.



Foto Arthus Bertrand © Explorer, París

siempre es el peor el deterioro de la salud. Ello puede deberse al empeoramiento de la situación económica, a veces incluso a la penuria, al espaciamiento de los contactos familiares, profesionales y sociales, a la pérdida de la identidad y de la razón de ser en la comunidad.

A falta de estructuras y de recursos educacionales y culturales apropiados, y no habiendo frecuentado esos recursos durante su juventud y su madurez, el anciano corre el riesgo de verse condenado a la soledad, al vacío y al aburrimiento. La realidad de estos peligros debería incitar a los poderes públicos a elaborar una política consecuente en lo que concierne a este periodo de la vida y a conseguir los medios para aplicarla. La concepción y la realización deben poder contar con la participación de los propios ancianos y con la colaboración de los sectores no gubernamentales.

Sin pretender considerar la educación de los adultos como una panacea universal, creemos que representa, en sus diversas dimensiones, un elemento indispensable para la preparación a la jubilación y a la entrada en la ancianidad y para crear las condiciones que exige una "buena vejez". La educación debería constituir, pues, un aspecto fundamental de toda política referente al envejecimiento y a las personas de edad, las cuales deben participar activamente en la definición de las

► prioridades educacionales y de las estructuras que deben crearse en ese campo.

En los países de tradición oral sería conveniente que las autoridades cuidaran de que la comunidad pueda beneficiarse al máximo de los conocimientos, la experiencia y la autoridad moral de los ancianos, por ejemplo mediante la grabación y la difusión de sus mensajes a través de los medios de comunicación. Particularmente en esos países la educación no debe concebirse como un proceso limitado a la transmisión formal de saberes y de técnicas, y menos aun como una actividad reservada a tal o cual clase social o a determinadas edades, sino como un derecho fundamental del hombre.

Sabido es que, cuando los poderes de un Estado deciden las asignaciones presupuestarias, la educación resulta raramente favorecida respecto de los otros capítulos; y dentro del campo de

Muchos países en desarrollo se enfrentan con el preocupante problema de la "emigración de cerebros", de la que a menudo son víctimas indirectas las personas de edad. Los jóvenes titulados, a los que se ha formado costosamente a cargo del esfuerzo de desarrollo, resisten difícilmente al señuelo de los altos salarios que pueden ganar en el extranjero. A falta de estos recursos humanos, el proceso de desarrollo se estanca y los viejos sin calificaciones especiales, que han contribuido a sufragar la formación de los jóvenes, se ven reducidos, como esta vendedora de velas haitiana (a la derecha), a realizar humildes tareas para completar algo sus pensiones. Un país del Caribe, Guyana, ha adoptado la política de alentar a los trabajadores poco cualificados a que continúen en su trabajo al llegar la edad de la jubilación, al mismo tiempo que se elabora un sistema para formar rápidamente y en masa a los jóvenes y para convencer a quienes se han marchado al extranjero a fin de que vuelvan y trabajen en favor del desarrollo de su propio país.

Foto Flip Schulke © Rapho, París



En 1981 había en la India unos 37.600.000 personas mayores de 60 años (el 5,5 por ciento de la población total) y se calcula que en el año 2021 esa cifra será de 130.500.000. La gran mayoría (del 60 al 70 por ciento) de las personas de edad pertenecen al sector más pobre de la sociedad y sus problemas son más los problemas de la pobreza que los del envejecimiento. De todos modos, en la India los ancianos, tanto en los sectores ricos como pobres del país, desempeñan un importantísimo papel educativo en la socialización de los hijos de la familia, desde la edad preescolar hasta bien entrada la adolescencia.

Foto Sunil Janah, Unesco



la educación, la de los adultos y, especialmente, la de los ancianos suelen ser las más desfavorecidas. Esta situación, agravada por la crisis económica, no sólo resulta contraria a los intereses de las categorías sociales y personas directamente afectadas, sino también al interés general de las naciones, en particular de los países en desarrollo, donde los ancianos pueden aportar una valiosa contribución.

Desde luego, esta contribución exige una alfabetización previa de las personas de edad avanzada y una educación y formación adaptada a las tareas que podrían llevar a cabo. Aparte de las

funciones productivas y de animación que pueden desempeñar, debe destacarse su aptitud para la enseñanza de los jóvenes y de los menos jóvenes, lo que representa una compensación importante de los gastos realizados en la educación de los ancianos.

Por otra parte, suele reconocerse que una buena preparación para la jubilación —en la cual la educación representa un factor fundamental—, contribuye en la mayor parte de los casos a evitar los graves problemas de salud, tanto mental como física, que, además de ser particularmente penosos

en esa etapa de la existencia, pueden resultar terriblemente costosos para los sistemas de seguridad social, es decir para la nación. Es pues de esperar que los Estados se interesen por arbitrar los medios financieros indispensables para poner en práctica su voluntad política relativa a las personas de edad y que consideren como una inversión particularmente rentable los gastos destinados a su educación, aunque puedan buscar a veces recursos complementarios en el sector no gubernamental y entre los particulares benévolos.

Generalmente, cuando se trata de la tercera edad, se engloba en ella a la

totalidad de las personas, sean hombres o mujeres. Sin embargo, debido a la mayor longevidad de estas últimas, a su menor grado de alfabetización y de educación en general y al carácter con frecuencia subalterno y penoso de las tareas que les tocan en suerte, tanto en el hogar como en la producción y en el sector terciario, las mujeres se ven particularmente desfavorecidas, enfrentadas a mayores dificultades y más solitarias frente a la vejez. Tal situación merece una atención particular por parte de los responsables en los diversos niveles de decisión, con el fin de compensar mediante medidas concretas las dificultades propias de la condi-

ción de las mujeres de edad avanzada. cías podrían ser considerables tanto en lo que respecta a los ancianos como, probablemente, al conjunto de la sociedad. Es de desear que los diversos países, desarrollados o en vías de desarrollo, lleven a cabo intercambios mutuamente beneficiosos en este terreno en el que, a semejanza del aislamiento que con tanta frecuencia han de soportar los ancianos, la acción de los Estados se ha desarrollado casi siempre en la soledad, la ignorancia y hasta la indiferencia respecto de lo que se realiza en los demás países.

Aceptado que la educación debe ocupar un lugar preferente en el Plan de Acción Internacional sobre el Enve-

- la preparación de los ancianos para el empleo creador del tiempo libre;
- la preparación de los adultos para una jubilación profesional y socialmente productiva;
- el reconocimiento y la promoción de las importantes funciones que los ancianos pueden desempeñar en la sociedad y en los terrenos más diversos, particularmente en los de la enseñanza y de la animación;
- la integración de los ancianos en la sociedad y, particularmente, en las instituciones educacionales, junto a los miembros de otros grupos de edad;
- el fomento de la investigación y de los estudios relativos a los ancianos,



Hasta hace poco, pese a que constituyen uno de los sectores de la medicina que más rápidamente se están desarrollando, la gerontología y la geriatría despertaban mucho menos interés que otras disciplinas más "espectaculares" como la cirugía y la cancerología. Los médicos y las enfermeras que se ocupan de los ancianos sienten a menudo que, igual que a sus pacientes, se les trata como gentes de segunda categoría. Conseguir fondos para investigación en materia de envejecimiento no es cosa fácil. Sin embargo, parece que la tendencia está cambiando y pronto acudirá el dinero a estos importantes sectores de la medicina. En la foto, el centro médico de Briançon, Francia.

Foto Pierre Michaud © Rapho, París

ción de las mujeres de edad avanzada.

Los estudios realizados por la Unesco sobre "educación y tercera edad" han puesto de manifiesto la existencia de lagunas particularmente penosas en lo que concierne a la investigación, las innovaciones y los intercambios de ideas y de experiencias en la materia. Esos fallos tienen repercusiones económicas particularmente lamentables en la medida en que este sector viene siendo hasta ahora ignorado o descuidado.

Entre los posibles temas de investigación parece conveniente señalar muy especialmente la alfabetización de los ancianos, los efectos del acceso previo a la educación y a la cultura sobre la utilización del tiempo libre en forma creadora y sobre la adaptación de los individuos a la situación de jubilados, y el "reciclaje" profesional y técnico de cada uno en esa etapa de la vida.

De esas investigaciones —en las que deben intervenir ampliamente las personas de edad— resultarían sin duda alguna innovaciones cuyas consecuen-

tecimiento, conviene subrayar que la idea de que el acceso de todos los individuos y de todas las edades a la educación y a la cultura constituye un derecho inalienable del hombre no debe conducir a confinar la educación entre las tareas llamadas "humanitarias". Muy por el contrario, hay que considerarla como un medio para valorizar esos recursos humanos de incalculable valor que constituyen los ancianos, en particular con vistas al desarrollo económico, social y cultural.

He aquí, a título indicativo, algunos aspectos educacionales de los problemas de la tercera edad que podrían figurar útilmente entre las prioridades del Plan de Acción Internacional, tanto en lo que concierne a las recomendaciones a los Estados como a las actividades que deben realizarse en los planos internacional y regional:

- la alfabetización para todas las edades;
- la extensión de la educación de adultos dentro del marco de una educación permanente;

que cubran todas las ramas de la gerontología;

- la atención prioritaria a los problemas de las mujeres de edad;
- la financiación de la educación de los ancianos, considerada al mismo tiempo como obligación humanitaria y como inversión.

El Plan de Acción Internacional debería tomar ampliamente en consideración el aporte del conjunto de las organizaciones especializadas de las Naciones Unidas a su elaboración. En particular, debe prever la posibilidad de que el programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo financie investigaciones sobre la política y las prácticas educativas y socioculturales que se aplican en diversos países respecto de la contribución de los ancianos en las diversas esferas de la educación y de la vida social y cultural. En particular, parece conveniente fomentar la elaboración y la realización de proyectos experimentales sobre esta contribución, así como la difusión de sus resultados. □

# Un plan mundial de acción

**D**EL 26 de julio al 6 de agosto pasados se celebró en Viena una Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento auspiciada por las Naciones Unidas. Las labores de la reunión culminaron con la aprobación, por unos 120 países participantes en la misma, de un Plan de Acción Internacional sobre el Envejecimiento destinado a orientar a los Estados en la solución de los problemas que plantea el rápido incremento del número de personas de edad en el mundo entero.

En la sección relativa a *salud y nutrición* el Plan hace hincapié en que la finalidad de los esfuerzos en materia de salud debe ser permitir a las personas de edad "llevar una vida independiente" en el seno de su familia y de su comunidad "durante el mayor tiempo posible, en lugar de excluirlas y aislarlas de todas las actividades de la sociedad".

La investigación y la experiencia práctica han demostrado que es posible conservar la salud de los ancianos y que las enfermedades no son necesariamente elementos básicos del envejecimiento. Para reducir las incapacidades y dolencias de la edad avanzada se requieren un diagnóstico precoz y un tratamiento adecuado así como medidas preventivas.

Es importante mantener una relación apropiada entre la función de las instituciones y la de la familia en lo que atañe a la asistencia sanitaria de los ancianos, basándose en que la familia y la comunidad inmediata son los elementos fundamentales de un sistema de asistencia bien equilibrado.

Cuando es necesaria la hospitalización, debe elaborarse un programa de tratamiento y rehabilitación orientado a facilitar el pronto retorno del paciente a la comunidad y a proporcionarle en el seno de ésta la asistencia continuada necesaria.

Dado que los sistemas existentes de servicio social y asistencia sanitaria para las personas de edad resultan cada vez más costosos, el Plan señala la necesidad de estudiar la forma de moderar esa tendencia y de crear sistemas de servicio social juntamente con servicios de asistencia sanitaria básica.

Cuestión muy importante es la relativa a las posibilidades de prevenir, o al menos de aplazar, las consecuencias funcionales negativas del envejecimiento. Muchos factores del estilo de vida pueden tener sus efectos más agudos durante la vejez. "La salud de las personas de edad está condicionada básicamente por su estado de salud anterior y, por tanto, la asistencia sanitaria durante toda la vida e iniciada en la juventud reviste capital importancia; ello

incluye la medicina preventiva, la nutrición, los ejercicios físicos, la evitación de hábitos nocivos para la salud y la atención a los factores ambientales".

La sección del Plan dedicada a la salud y la nutrición contiene además algunas recomendaciones que se refieren a la alimentación apropiada, a los servicios adecuados de la comunidad y a la asistencia especial que requieren las personas de edad más avanzada. También figuran en ella recomendaciones relativas a la necesidad y la posibilidad de prevenir o de tratar los problemas de salud mental entre los ancianos y la vulnerabilidad de éstos a los accidentes, inclusive los que resultan de la circulación y del empleo inapropiado de medicamentos.

Finalmente, otras recomendaciones de esta sección tratan de problemas tales como la necesidad de estudiar los efectos a largo plazo de la radiactividad y de otras substancias nocivas y la conveniencia de emprender investigaciones en escala internacional sobre una amplia gama de problemas sanitarios que afectan a los ancianos.

En la sección sobre *vivienda y medio ambiente* el Plan advierte, en primer lugar, que un alojamiento adecuado y un entorno agradable son necesarios para el bienestar físico de todos. Pero una vivienda adecuada es más importante aun para los ancianos, cuyas actividades se desarrollan esencialmente en su domicilio. La adaptación del alojamiento y la prestación de ayudas domésticas prácticas concebidas para facilitar la vida cotidiana y de equipos domésticos bien diseñados pueden atenuar las dificultades de las personas de edad, cuya movilidad se halla reducida o que padecen de otras incapacidades, para continuar viviendo en sus casas.

"Debe considerarse que la vivienda es para los ancianos algo más que un mero albergue. Además del significado material, tiene un significado psicológico y social que debe tomarse en consideración". El Plan continúa indicando que, a fin de liberar a las personas de edad, de su dependencia respecto de otras personas, la política de cada país en materia de vivienda debe perseguir una serie de objetivos, entre ellos la restauración y, cuando sea posible y conveniente, la reestructuración y el mejoramiento de las viviendas adaptadas a su utilización por parte de los ancianos.

En la sección sobre las personas de edad avanzada y sus relaciones con *la familia*, el Plan de Acción declara que "independientemente de su forma o de su organización, la familia es la unidad básica reconocida de la sociedad". Sin embargo, los cambios que se han originado en la situación de la

mujer han hecho que se reduzca su función tradicional de atender a los miembros de edad más avanzada de la familia. Es necesario que ésta en su conjunto, incluidos los varones, asuma y comparta la carga de las tareas domésticas.

El adecuado respaldo del sector más amplio de la comunidad, disponible cuando y donde sea necesario, puede suponer "una diferencia trascendental respecto de la voluntad y de la capacidad de las familias para seguir cuidando de los parientes de edad avanzada". De ahí que, como sugiere el Plan, en la planificación y prestación de servicios se deba tener plenamente en cuenta las necesidades de quienes prestan tales cuidados.

Por otra parte, deberá incitarse a los gobiernos y a los organismos no gubernamentales a que establezcan servicios sociales en apoyo de toda la familia cuando existan personas de edad en el hogar y a que apliquen medidas especialmente destinadas a las familias modestas que deseen mantener en el hogar a los ancianos. Y debe alentarse a los hijos a que mantengan a sus padres.

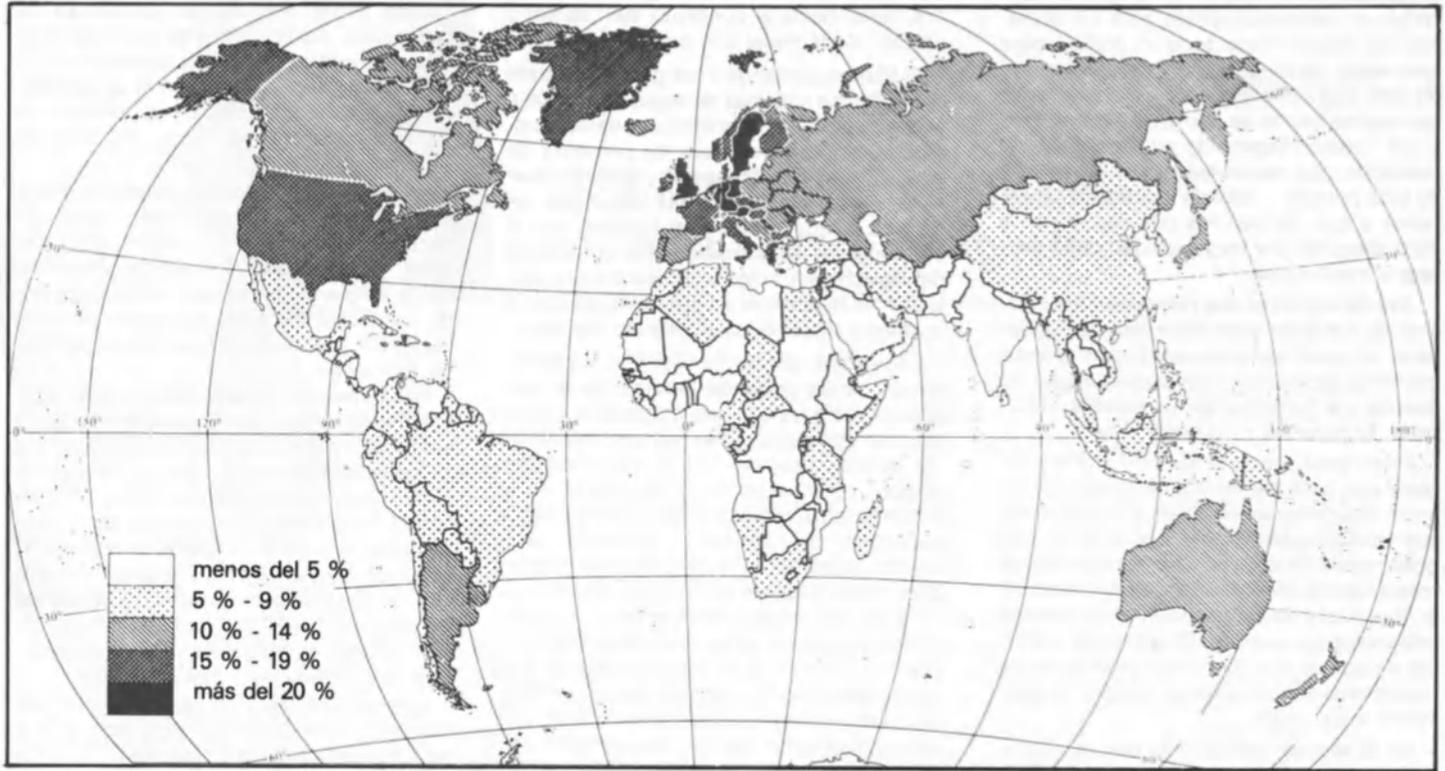
En lo que respecta a los servicios de *bienestar social*, el Plan sostiene que éstos deben prestarse en el seno de la comunidad y abarcar toda la gama de la asistencia preventiva, la recuperación y el desarrollo para las personas de edad, a fin de permitirles llevar una vida lo más independiente posible en su propio hogar y en su comunidad siendo ciudadanos activos y útiles.

En muchos países hay escasez de recursos y de servicios sociales para toda la población, especialmente en las zonas rurales. En las sociedades tradicionales las personas de edad han estado siempre en una situación privilegiada, gozando de respeto, consideración, prestigio y autoridad. Sin embargo, observa el Plan, "este orden comienza a verse perturbado por la influencia de la modernidad, que entraña el cuestionamiento de esa situación de privilegio". Por tanto, "conviene cobrar conciencia de esos cambios y definir consecuentemente una política nacional en materia de envejecimiento capaz de evitar algunos de los problemas relativos a la vejez que afectan a ciertos países desarrollados".

El Plan recomienda que los gobiernos se esfuerzen por atenuar o eliminar cualquier restricción de tipo fiscal o de índole similar que pese sobre las actividades voluntarias y no estructuradas, así como las normas jurídicas que impidan o dificulten el trabajo a jornada parcial, la ayuda mutua y el empleo de voluntarios en la prestación de servicios junto al personal profesional o en instituciones sociales destinadas a los ancianos. ►

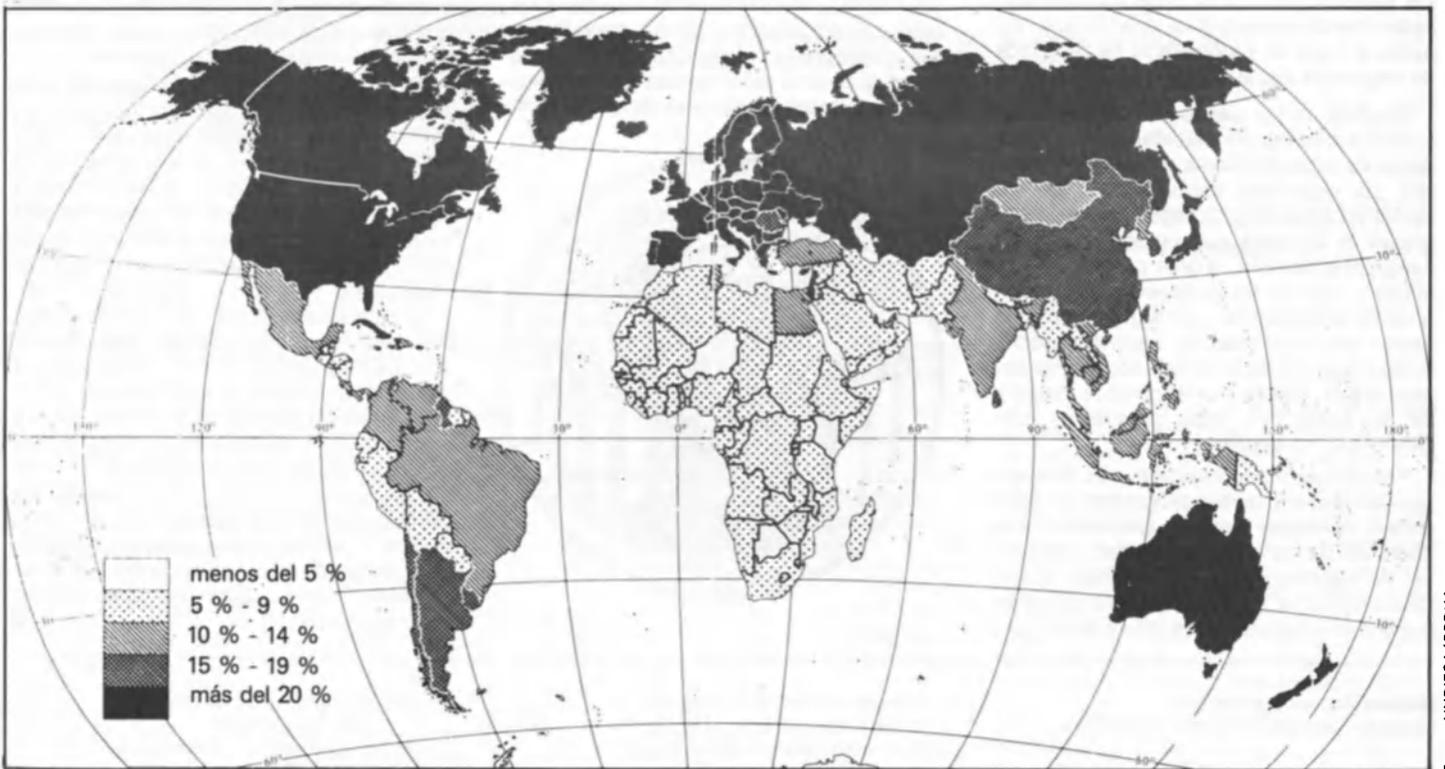
**PORCENTAJE DE LA POBLACION CON 60 AÑOS O MAS**

**1975**



**PORCENTAJE DE LA POBLACION CON 60 AÑOS O MAS**

**2025**



Las fronteras indicadas en estos mapas no suponen reconocimiento oficial alguno por parte de la Unesco o de las Naciones Unidas.

Fuente UNDESA/CSDHA

Dondequiera que sea necesario o inevitable proporcionar diferentes formas de asistencia en establecimientos para los ancianos se deberá hacer todo lo posible para que estas personas gocen de una calidad de vida que corresponda a las condiciones que normalmente se dan en su comunidad y del "pleno respeto de su dignidad, sus creencias, sus necesidades, sus intereses y su vida privada"; debería incitarse a los Estados a que definan los criterios mínimos para asegurar una mejor calidad de la asistencia institucional.

Asimismo, en lo que respecta a los inmigrantes en edad avanzada deberían adoptarse las medidas adecuadas para proporcionarles servicios sociales que tengan en cuenta sus particularidades étnicas, culturales, lingüísticas y de otra índole.

Finalmente, en esta sección el Plan sugiere que a fin de facilitar la ayuda mutua entre las personas de edad e incrementar sus posibilidades de ser escuchadas, los gobiernos y las organizaciones no gubernamentales deberían estimular la formación y la libre iniciativa de grupos y movimientos integrados por ese tipo de personas y ofrecer a otros grupos de edad la posibilidad de capacitarse e informarse en materia de asistencia a los viejos.

En la sección relacionada con la *seguridad de los ingresos y del empleo*, el Plan señala que hay diferencias importantes entre las regiones desarrolladas y las regiones en desarrollo, y más particularmente entre los países de economía urbana industrializada y los de economía rural, en lo que respecta al logro de los objetivos de la política de seguridad social, ingresos y empleo.

Muchos de los países y regiones desarrollados han logrado satisfacer las necesidades de todos mediante planes generalizados de seguridad social. Pero "en los países en desarrollo, la seguridad de los ingresos es un tema que preocupa a todos los grupos de edad, y gran parte de la población, cuando no la mayoría, vive en un nivel de subsistencia". En algunos de esos países los programas de seguridad social suelen tener un alcance limitado: en las zonas rurales, donde vive la inmensa mayoría de la población, esos programas son mínimos o no existen.

Por otra parte, dentro del marco de la seguridad social y de los programas sociales deberá prestarse atención particular "a la situación de las mujeres de edad, cuyo nivel de ingresos suele ser más bajo que el de los hombres y cuyo empleo ha quedado a menudo interrumpido a causa de las res-

ponsabilidades que les imponen la maternidad y la familia". A la larga, convendrá orientarse hacia el concepto del "derecho propio" de la mujer a la protección social.

El Plan recomienda a los gobiernos crear o ampliar los sistemas de seguridad social a fin de que puedan beneficiarse de esa protección el mayor número de personas de edad. De no ser ello posible, deberán buscarse otros medios, como beneficios en especie, ayuda directa a las familias, etc. A continuación se afirma que las cuestiones del derecho al trabajo y el derecho a la jubilación se relacionan en gran medida con el problema de la seguridad de los ingresos.

Los gobiernos deberán facilitar la participación de las personas de edad en la vida económica de la sociedad y adoptar disposiciones adecuadas para que los trabajadores de edad puedan, "en la mayor medida posible, permanecer en un empleo en condiciones satisfactorias y beneficiarse de la seguridad del empleo". Deberán, asimismo, eliminar todo tipo de discriminación contra ellos en el mercado del trabajo.

"Entre los empleadores existen a veces clichés negativos sobre los trabajadores de edad". De ahí que corresponda a los gobiernos adoptar medidas para informar a los empleadores y asesorarles acerca del aprovechamiento de las capacidades de esos trabajadores.

El Plan recomienda ayudar a las personas de edad a encontrar o reencontrarse un trabajo independiente, creando nuevas posibilidades de empleo y facilitando su capacitación y la actualización de sus conocimientos, y afirma que "el derecho de los trabajadores al empleo debe basarse en su capacidad para realizar las labores de que se trate,

más bien que en su edad propiamente dicha".

Pese a los importantes problemas de desempleo, particularmente entre los jóvenes, con que se enfrentan numerosos países, el Plan hace hincapié en la conveniencia de no rebajar la edad de la jubilación de los asalariados, salvo sobre una base de acuerdo voluntario.

En esta sección del documento de Viena se incluyen recomendaciones sobre la necesidad de brindar a los trabajadores de edad, como a todos los demás, condiciones y ambiente de trabajo satisfactorios y de dar los pasos necesarios para prevenir los accidentes laborales y las enfermedades profesionales.

Los gobiernos deberán adoptar o promover medidas para que la transición de la vida activa a la jubilación sea fácil y gradual y "hacer más flexible la edad legal de jubilación". Entre esas medidas, según el Plan, deben incluirse la organización de cursos de preparación para la jubilación y la disminución del trabajo en los últimos años de la vida profesional (por ejemplo, modificando las condiciones, el ambiente o la organización del trabajo y fomentando una disminución progresiva de los horarios).

Esta sección del Plan concluye con una recomendación relativa a los derechos y necesidades de los trabajadores emigrados de edad avanzada y recomienda que se adopten medidas a fin de asegurarles una protección social en el país que los acoge y, en caso de regreso a su país de origen, el mantenimiento de los derechos adquiridos en la esfera de la seguridad social, particularmente en materia de jubilaciones.

Otra recomendación se refiere a la acogida colectiva de refugiados. Al respecto, el Plan recomienda que, en lo posible, esa acogida incluya tanto a las personas de edad como a los adultos y los niños, esforzándose por mantener la célula familiar existente y por garantizar la adopción de las medidas adecuadas en materia de vivienda y servicios.

La última sección del Plan trata de la *educación* de las personas de edad (véase el artículo de la pág. 28). Entre otras cosas, el documento declara que la educación, como derecho fundamental, debe dispensarse sin discriminación alguna contra las personas de edad. Más adelante afirma que "es también necesario educar a la población en general acerca del proceso de envejecimiento", mediante programas que deberían comenzar a una edad temprana a fin de que la colectividad lo considere como un proceso normal.



#### Redacción y distribución:

Unesco, place de Fontenoy, 75700 París

Los artículos y fotografías que no llevan el signo © (copyright) pueden reproducirse siempre que se haga constar "De EL CORREO DE LA UNESCO", el número del que han sido tomados y el nombre del autor. Deberán enviarse a EL CORREO tres ejemplares de la revista o periódico que los publique. Las fotografías reproducibles serán facilitadas por la Redacción a quien las solicite por escrito. Los artículos firmados no expresan forzosamente la opinión de la Unesco ni de la Redacción de la revista. En cambio, los títulos y los pies de fotos son de la incumbencia exclusiva de esta última.

#### Subjefe de redacción:

Olga Rödel

#### Secretaria de redacción:

Gillian Whitcomb

#### Redactores principales:

Español: Francisco Fernández-Santos (París)

Francés: Alain Lévêque (París)

Inglés: Howard Brabyn (París)

Ruso: Nikolai Kuznetsov (París)

Arabe: Sayed Osman (París)

Alemán: Werner Merkl (Berna)

Japonés: Kazuo Akao (Tokio)

Italiano: Mario Guidotti (Roma)

Hindí: Krishna Gopal (Delhi)

Tamul: M. Mohammed Mustafa (Madrás)

Hebreo: Alexander Broido (Tel-Aviv)

Persa: Samad Nurinejad (Teherán)

Portugués: Benedicto Silva (Río de Janeiro)

Neerlandés: Paul Morren (Amberes)

Turco: Mefra Ilgazer (Estambul)

Urdu: Hakim Mohammed Said (Karachi)

Catalán: Joan Carreras i Martí (Barcelona)

Malayo: Azizah Hamzah (Kuala Lumpur)

Coreano: Lim Moun-Young (Seúl)

Swahili: Domino Rutayebesibwa

(Dar es-Salam)

Croata-servio, esloveno, macedonio

y servio-croata: Punisa A. Pavlovich (Belgrado)

Chino: Shen Guofen (Pekín)

Búlgaro: Pavel Pisarev (Sofía)

Braille: Frederick H. Potter (París)

#### Redactores adjuntos:

Español: Jorge Enrique Adoum

Francés:

Inglés: Roy Malkin

Documentación: Christiane Boucher

Ilustración: Ariane Bailey

Composición gráfica: Robert Jacquemin

Promoción y difusión: Fernando Ainsa

La correspondencia debe dirigirse al director de la revista.

## Cuatro obras importantes de la Unesco sobre Africa

Dentro de la serie titulada "Historia general de Africa. Estudios y documentos", *La trata negrera del siglo XV al XIX* contiene estudios relativos a los siguientes temas: la importancia de la trata; los efectos de la trata; las posturas ideológicas frente al problema de la trata; la abolición de la trata, en particular en el océano Índico; las nuevas vías posibles para la investigación.

Aunque actualmente se reconoce de modo creciente que la cultura es un aspecto indispensable del desarrollo auténtico y que, particularmente en Africa, la cultura ha desempeñado un papel fundamental en la lucha por la liberación nacional y la reafirmación de la identidad cultural, no existen trabajos generales sobre la cultura africana destinados a los lectores africanos y de otras partes del mundo. Pretenden llenar ese vacío los tres primeros volúmenes de esta serie que recogen diversos estudios sobre aspectos generales de la cultura africana, aspectos sociopolíticos del parlamento tradicional africano y problemas relacionados con la juventud entre la tradición y el desarrollo en Africa.

Publicación conjunta de Ediciones del Serbal, S.A. (Roger de Flor, 172, Barcelona 13) y de la Editorial de la Unesco.

Exclusiva de ventas en España: ediciones del Serbal. En el resto del mundo, ambos coeditores a través de sus distribuidores o representantes.

## Para renovar su suscripción y pedir otras publicaciones de la Unesco

*Pueden pedirse las publicaciones de la Unesco en las librerías o directamente al agente general de la Organización. Los nombres de los agentes que no figuren en esta lista se comunicarán al que los pida por escrito. Los pagos pueden efectuarse en la moneda de cada país.*

**ANGOLA.** (República Popular de) Casa Progresso/Secção Angola Media, Calçada de Gregorio Ferreira 30, c.p. 10510, Luanda BG, Luanda.

### ARGENTINA.

Librería El Correo de la Unesco, EDILYR S.R.L., Tucumán 1685 (P.B. "A") 1050 Buenos Aires.

**REP. FED. DE ALEMANIA.** Todas las publicaciones con excepción de *El Correo de la Unesco*: Karger Verlag D-8034, Germering / München Postfach 2. Para *El Correo de la Unesco* en español, alemán, inglés y francés: Mr. Herbert Baum, Deutscher Unesco-Kurier Vertrieb, Besaltstrasse 57, 5300 Bonn 3. Mapas científicos solamente: Geo Center, Postfach 800830, 7 Stuttgart 80. — **BOLIVIA.** Los Amigos del Libro, casilla postal 4415, La Paz; Avenida de las Heroínas 3712, casilla postal 450, Cochabamba. — **BRASIL.** Fundação Getúlio Vargas, Editora-Divisão de Vendas, caixa postal 9.052-ZC-02, Praia de Botafogo 188, Rio de Janeiro, R.J. (CEP. 20000). Livros e Revistas Técnicos Ltda., Av. Brigadeiro Faria Lima, 1709 - 6º andar, Sao Paulo, y

Correo Argentino	CENTRAL (B)	TARIFA REDUCIDA CONCESION N° 274
		FRANQUEO PAGADO CONCESION N° 4074

sucursales: Rio de Janeiro, Porto Alegre, Curitiba, Belo Horizonte, Recife — **COLOMBIA.** Instituto Colombiano de Cultura, carrera 3ª, n° 18/24, Bogotá. — **COSTA RICA.** Librería Trejos S.A., apartado 1313, San José. — **CUBA.** Ediciones Cubanas, O'Reilly n° 407, La Habana. Para *El Correo de la Unesco* solamente: Empresa COPREFIL, Dragones n° 456, e/Lealtad y Campanario, Habana 2. — **CHILE.** Editorial Universitaria S.A., Departamento de Importaciones, casilla 10220, Santiago. Librería La Biblioteca, Alejandro I, 867, casilla 5602, Santiago 2. — **REPUBLICA DOMINICANA.** Librería Blasco, Avenida Bolívar, no. 402, esq. Hermanos Deligne, Santo Domingo. — **ECUADOR.** Revistas solamente: DINACOUR Cía. Ltda., Pasaje San Luis 325 y Matovelle (Santa Prisca), Edificio Checa, ofc. 101, Quito; libros solamente: Librería Pomaire, Amazonas 863, Quito; todas las publicaciones: Casa de la Cultura Ecuatoriana, Núcleo del Guayas, Pedro Moncayo y 9 de Octubre, casilla de correos 3542, Guayaquil. — **ESPAÑA.** MUNDI-PRENSA LIBROS S.A., Castelló 37, Madrid 1; Ediciones LIBER, Apartado 17, Magdalena 8, Ondárroa (Vizcaya); DONAIRE, Ronda de Outeiro 20, apartado de correos 341, La Coruña; Librería AL-ANDALUS, Roldana 1 y 3, Sevilla 4; Librería CASTELLS, Ronda Universidad 13, Barcelona 7. — **ESTADOS UNIDOS DE AMERICA.** Unipub, 345, Park Avenue South, Nueva York, N.Y. 10010. Para *El Correo de la Unesco*: Santillana Publishing Company Inc., 575 Lexington Avenue, Nueva York, N.Y. 10022. — **FILIPINAS.** The Modern Book Co., 926 Rizal Avenue, P.O. Box 632, Manila, D-404. — **FRANCIA.** Librairie de l'Unesco, 7, place de Fontenoy,

75700 Paris (C.C.P. Paris 12.598-48). — **GUATEMALA.** Comisión Guatemalteca de Cooperación con la Unesco, 3ª Avenida 13-30, Zona 1, apartado postal 244, Guatemala. — **HONDURAS.** Librería Navarro, 2ª Avenida n° 201, Comayagua, Tegucigalpa. — **JAMAICA.** Sangster's Book Stores Ltd., P.O. Box 366, 101 Water Lane, Kingston. — **MARRUECOS.** Librairie "Aux Belles Images", 281, avenue Mohammed V, Rabat; *El Correo de la Unesco* para el personal docente: Comisión Marroquí para la Unesco, 19, rue Oqba, B.P. 420, Rabat (C.C.P. 324-45). — **MEXICO.** Librería El Correo de la Unesco, Actipán 66, Colonia del Valle, México 12, D.F. — **MOZAMBIQUE.** Instituto Nacional do Livro e do Disco (INLD), Avenida 24 de Julho, 1921, r/c e 1º andar, Maputo. — **PANAMA.** Distribuidora Cultura Internacional, apartado 7571, Zona 5, Panamá. — **PARAGUAY.** Agencia de Diarios y Revistas, Sra. Nelly de García Astillero, Pte. Franco 580, Asunción. — **PERU.** Librería Studium, Plaza Francia 1164, apartado 2139, Lima. — **PORTUGAL.** Dias & Andrade Ltda., Livraria Portugal, rua do Carmo 70-74, Lisboa 1117 Codex. — **PUERTO RICO.** Librería Alma Mater, Cabrera 867, Río Piedras, Puerto Rico 00925. — **REINO UNIDO.** H.M. Stationery Office, P.O. Box 569, Londres S.E. 1. Para mapas científicos solamente: McCarta Ltd., 122 Kings Cross Road, Londres WC1X 9 DS. — **URUGUAY.** EDILYR Uruguay, S.A., Maldonado 1092, Montevideo. — **VENEZUELA.** Librería del Este, Av. Francisco de Miranda 52, Edificio Galipán, apartado 60337, Caracas 1060-A; La Muralla Distribuciones, S.A., 4a: Avenida entre 3a. y 4a. transversal, "Quinta Irenalis" Los Palos Grandes, Caracas 106.



Foto Francisco Hidalgo © Top, Paris

## El mundo envejece

El grupo de personas de más de sesenta años de edad constituye el sector de la población que más rápidamente crece en el mundo. En la mayoría de los países la longevidad es más frecuente entre las mujeres que entre los hombres. En la foto, una india de Tarma, en los Andes peruanos.