

VEJEZ: ASPECTOS BIOLÓGICOS, PSICOLÓGICOS Y SOCIALES

Autora: María A Cornachione Larrinaga (2006) .

Córdoba: Brujas

268 paginas

Jenny Quezada Zevallos

En el capítulo 1, la autora parte de que “*el envejecimiento es un proceso dinámico, gradual, natural e inevitable, que se desarrolla en los aspectos biológicos, psíquicos y sociales de los sujetos y que está estructurado en torno al tiempo. El envejecimiento es una etapa más del ciclo vital*” (pag 56). Plantea a la vejez como una construcción social, que varía de sociedad a sociedad y que designa status, roles y mandatos, definiéndose los posibles problemas de las personas mayores y la elaboración de las respuestas a los mismos.

Señala que el envejecimiento afecta de forma diferente a los hombres que a las mujeres, al ser las mujeres quienes viven más años, son las que cuidan de las personas ancianas de las familias. Asimismo las mujeres enfrentan a lo largo de su vida situaciones que generan una mayor vulnerabilidad cuando llegan a viejas. La mayoría de las personas que sufren abuso psicológico (y de otros, tipos) son las mujeres.

En el capítulo 2 titulado: **Lo individual y lo social en el envejecimiento**. Desarrolla el hecho de que la vejez surge como una etapa nueva desde la propia expectativa de las personas que envejecen, ya que para muchos hombres y mujeres se les presenta este segmento del ciclo vital con una duración similar o superior al período en que se dedicaron al trabajo. Por otra parte es recién a fines del siglo XX que la presencia de personas viejas se hace mas significativa y notoria a nivel social, hecho que está influyendo de forma directa en el sistema social y se halla condicionando el desarrollo de las comunidades, de los pueblos y los países..

A lo largo del capítulo realiza una revisión de los estudios sobre vejez, señalando como uno de los estudios más antiguos el realizado por Quetelet (1796 a 1874), y los últimos estudios a partir de la quinta y sexta década del Siglo XX, enfocados hacia la personalidad en la vejez, concluyendo que en la actualidad la psicología de la vejez esta sustentada por la psicología del ciclo vital, con un enfoque dinámico, contextual, dialéctico y ecológico.

Señala que son numerosos los prejuicios que existen sobre las personas mayores y que incluso son compartidos por las personas que transitan la vejez, por las personas de otros grupos generacionales y también por los profesionales que les brindan asistencia, presentando a continuación los estudios sobre prejuicios y mitos realizados por Kart (1990), Fernández Ballesteros (1992), Gil y Calvo (1995) y Salvarezza (1993).

Todos los prejuicios que se han presentado dan como resultante el considerar a la vejez como un problema social; la autora plantea que para modificar esto es necesario presentar a la vejez como:

- una institución social.
- una edad a respetar.
- una edad a proteger.
- una edad a conservar.

Para ello es necesario que las personas viejas asuman una clara actitud:

- en relación al desempeño de su propio rol
- que se reconstruya una relación de reciprocidad entre las personas viejas y el resto de la sociedad.

El estudio científico del envejecimiento, actualmente se realiza desde los modelos: mecanicista, organicista y contextuales. El enfoque del ciclo vital plantea que en el desarrollo en general y en la vejez en particular, se reconoce la plasticidad a que resultan sometidos los distintos acontecimientos evolutivos, como así también, la importancia de las relaciones funcionales y los factores situacionales.

En un acápite del capítulo realiza una interesante reflexión sobre el ejercicio real de los derechos humanos en el transcurso del envejecimiento, en especial referidos a la reducción o pérdida de la autonomía, el impacto en la subjetividad y la imposibilidad de ejercer el derecho de decidir.

La calidad de vida en el adulto mayor está estrechamente relacionada con el grado de funcionalidad, es decir independencia física, psíquica y social de la persona. Se deben mantener metas, que generen ilusiones, se trata de agregar más vida a los años. Llevar un estilo de vida que le permita vivir de forma libre, independiente y satisfactoriamente.

En el capítulo 3, **Negando la vejez**, se revisan las diversas teorías del envejecimiento, planteando que ninguna teoría explica con suficiencia todos los cambios del proceso del envejecimiento, el cual es complejo y variado y cambia en la manera como afecta a diferentes personas y órganos. Presenta en forma sucinta las principales teorías del envejecimiento biológico: teoría inmunológica, teoría celular, y teoría genética

Señala que arbitrariamente se ha fijado la edad de ingreso a la vejez, 65 años para los países desarrollados y 60 años para los subdesarrollados (de acuerdo a las expectativas de vida).

Los hechos más importantes del envejecimiento son: su universalidad (iguales para todos los individuos de la especie) y su inevitabilidad, como etapa final de todos los seres vivos caracterizado por su deterioro morfológico y funcional progresivo, cuyo ritmo y características puede ser muy diferente según la especie, el individuo y los factores ambientales. (p. 78)

La duración de vida para el hombre se considera de 110 a 130 años (en ausencia de enfermedad), sin embargo, actualmente en las mejores condiciones ambientales es de 82.1 años para las mujeres y 76.4 para el hombre, se considera que la duración máxima o promedio de vida no ha variado en los últimos cien mil años, pero si lo ha hecho la expectativa de vida: 18 años en la edad de bronce griega, hasta las cifras actuales.

El perfil biológico del viejo se caracteriza por.

- Disminución de la capacidad de reserva de las funciones fisiológicas frente al estrés, que se traduce en una menor resistencia frente a la enfermedad.
- Lentitud, imprecisión y merma de la capacidad de reacción frente a los cambios ambientales.
- Retrasos en la recuperación de las condiciones de normalidad.
- Disminución en la capacidad de regeneración, como consecuencia de la dificultad de proliferación celular parenquimatosa y de los mecanismos inmunitarios.
- Si bien el límite máximo de la vida no se ha modificado, la esperanza de vida si se ha ido modificando.

Para la Organización Mundial de la Salud (OMS): el envejecimiento es el proceso fisiológico que comienza en la concepción y ocasiona cambios característicos de la especie humana durante todo el ciclo de la vida. Esos cambios producen una limitación a la adaptabilidad del organismo en relación con el medio. El ritmo en esos cambios se produce en los distintos órganos de un mismo individuo o en distintos individuos en forma desigual.(p. 86)

La edad biológica del hombre esta dada por valores corporales, existen 15 marcadores biológicos. A medida que el ser humano envejece:

- La tensión arterial se incrementa.
- La densidad ósea: tiende a disminuir.
- El ritmo metabólico: es más lento.
- La grasa: se incrementa sobre todo, en abdomen y caderas.
- La capacidad respiratoria: disminuye.
- El colesterol: se incrementa.
- El metabolismo de los azúcares: es más lento.
- La temperatura corporal: existe menos capacidad para regularla.
- La masa muscular: se pierde.
- La resistencia: disminuye.
- La función inmune: más débil.
- El espesor de la piel disminuye, surgen las arrugas.
- La capacidad auditiva; disminuye.
- La capacidad visual: disminuye.

En el Capítulo 4, **Desarrollo cognitivo y envejecimiento**, se plantea que existen dos habilidades que son privativas del hombre y que no se encuentran en ninguna otra especie: la creatividad y la sabiduría. Al respecto los estudios de Sternberg y Berg (1987) sostienen que cuando las personas envejecen, es más importante que se mantengan eficientes en las actividades de la vida cotidiana que curiosas por el mundo o que razonen sobre nuevos conceptos, aunque esto no se lo debe considerar excluido del proceso de envejecimiento.

Dentro de los factores que inciden en el envejecimiento intelectual se mencionan: las expectativas y atribuciones que las mismas personas ancianas se postulan para su inteligencia, tales como la autosuficiencia, la falta de confianza para alcanzar el éxito; la rigidez - flexibilidad, el estado de salud, y los factores estructurales como el nivel de status laboral, el nivel de ingresos, etc.

El pensamiento postformal de la adultez conduce al individuo a plantearse dudas, contradicciones e interrogantes. El pensamiento dialéctico es el diálogo que caracteriza el pensamiento postformal. En este diálogo las ideas opuestas interactúan para dar origen a una nueva síntesis y esta interactúa con su versión opuesta para que surja otra síntesis y así permanentemente. Los aportes de Lavouvie-Vief (1985) muestran la existencia del pensamiento dialéctico en las personas que envejecen.

La sabiduría, solo en épocas recientes ha pasado a ser un tema de estudio desde la psicología. Las investigaciones de Holliday y Chandler (1986) muestran que las personas de distintas edades acuerdan que el significado y las características de la sabiduría no se modifican con la edad. Para estos autores la sabiduría resulta determinada por cinco factores: comprensión excepcional, habilidades de comunicación y juicio, competencia general, habilidades interpersonales y no obstrucción social (que incluye características como ser discreto, no juzgar, ser silencioso).

En el capítulo 5, **Desarrollo de la personalidad**, la autora realiza una revisión sucinta de las teorías del estudio de la personalidad que más aportes brinda con respecto a las personas viejas; así la teoría de los rasgos (Allport, 1961), la teoría de Jung (1933), el psicoanálisis y la teoría de Erikson (1933, 2000) quien se plantea la necesidad de un estadio más, el noveno, a fin de clarificar los nuevos retos que implica la circunstancia de que mayor cantidad de personas vivan más, considerando que significa y cómo es vivida esta circunstancia. A partir de los 80 años el cuerpo se va debilitando progresivamente y va disminuyendo la autonomía. Para Erickson, la desesperanza que se plantea en el octavo estadio, es quien acompaña íntimamente al noveno estadio, ya que resulta casi imposible conocer los acontecimientos y pérdidas de las habilidades psíquicas. Cuando declina la independencia y disminuye la confianza, el sujeto se presenta con su autoestima comprometida.

En el Capítulo 6, **Desarrollo social y envejecimiento**, se parte de que la familia como red social de apoyo acrecienta su importancia con el envejecimiento, etapa en la cual tienden a retraerse otras relaciones sociales. Plantea la complejidad de la familia como sistema multigeneracional, en la cual las diversas necesidades e intereses experimentados por las diferentes generaciones es posible se contrapongan en determinados momentos y circunstancias provocando tensio-

nes dentro del seno familiar, los cuales afectarán el bienestar emocional y los niveles de satisfacción de los adultos de más de 60 años.

Los vínculos del anciano con la familia pueden variar de una familia a otra en función de su historia anterior, de la estructura de la familia como grupo, de las características de personalidad de sus miembros y de otros factores.

Se revisan los temas de pareja, amor, sexualidad, soledad, relaciones sociales, trabajo. La cultura del ocio como factor de cambio intergeneracional, las personas viejas al estar fuera de la cadena productiva, quedarían sin una delimitación o campo específico de práctica de ocio.

En el Capítulo 7, **Adaptaciones y envejecimiento**, la presencia del deterioro físico, produce que en muchos casos se presente limitaciones en el autocuidado, las tareas domésticas y la movilidad. Se revisan estudios sobre los efectos de la internación y la incidencia que tienen sobre las personas viejas.

Finalmente en el Capítulo 8, titulado **Adaptación positiva en el proceso de envejecimiento**, presenta una visión amplia de la complejidad y falta de homogeneidad de la población envejecida, finalizando con una propuesta de planes para la actuación personal, social y profesional, a fin de conseguir un envejecimiento satisfactorio.