

OBJETIVO: ALARGAR LA VIDA

La fuerza humana y la coordinación muscular decaen a partir de los veinticinco años, y nuestra capacidad para oír notas muy altas empieza a fallar a los once años. La potencia sexual de los hombres empieza a declinar a partir del momento de máximo desarrollo, en la adolescencia, y desde el mismo nacimiento disminuye la facilidad para la curación de heridas. La adaptación visual comienza a deteriorarse ya en la matriz.

Estos cambios negativos, asociados con el paso del tiempo, pueden medirse en los individuos. Hay otros cambios, incluso más evidentes. Las canas y la pérdida del pelo son síntomas del envejecimiento.

A partir de los treinta y cinco años aumentan en la mujer las probabilidades de dar a luz a un niño anormal, y la piel del hombre y de la mujer se arruga y endurece con el tiempo.

Los científicos llevan largo tiempo preguntándose por la posibilidad de retrasar, abolir o incluso invertir esta serie de cambios relacionados con la edad. Otro problema que los ha fascinado siempre es el de si existe alguna relación entre estos deterioros diversos y la muerte. ¿Ocurre con la criatura viva lo mismo que con un coche, que un día deja de andar porque una serie de cosas, muchas de ellas no relacionadas entre sí, han ido fallando una tras otra? De ser esto así, es posible que el hombre conquistase la inmortalidad, como un coche veterano, mediante una serie de trasplantes. O bien, hay una es-

pecie de reloj interno que gobierna todos estos cambios, en cuyo caso sería posible manipularlo.

Algunos de estos cambios propios del envejecimiento son acelerados por circunstancias externas. El pelo encanece poco a poco, pero el proceso se precipita con los rayos X; la piel envejece con la luz del sol, y puede rejuvenecerse trasplantándola a alguna parte del cuerpo protegida de la misma. No son éstos cambios triviales —los que quieren seguir siendo jóvenes, quieren conservar un aspecto juvenil, como Dorian Gray—, pero los científicos están interesados en una serie de transformaciones más fundamentales. Les gustaría saber cuál es la causa de que la muerte sea mucho más frecuente a medida que se va avanzando en edad.

Sólo recientemente se ha realizado algún progreso en este sentido. Hay dos razones: una, relacionada con la muerte; la otra, con la naturaleza de la investigación. La muerte, como final natural de la vida, si es que es eso, ha estado hasta hace poco oscurecida por la muerte producida por enfermedad. Se consideraba la duración de la vida del hombre como de ochenta años, pero eran muy pocos los que llegaban a esa edad. En los últimos treinta o cuarenta años, ha disminuido el porcentaje de fallecimientos entre niños y personas de veinte a treinta años. Sin embargo, a partir de los treinta años, y sobre todo entre los cincuenta y sesenta, las cosas apenas si han cam-

La historia de la medicina es la historia de una larga lucha contra los enemigos del hombre. Las enfermedades de tipo infeccioso y las heridas producidas por accidente han llegado a ser dominadas en su mayor parte, el cáncer y las trombosis pueden tratarse con éxito en bastantes casos. Pero la gente sigue viviendo los mismos años más o menos. Los que sobreviven al azar, mueren de esa muerte que llamamos «natural». El problema del envejecimiento es el objetivo más inmediato de la medicina. Se espera poder prolongar sensiblemente la duración media de la vida de los hombres. No se han descubierto relojes internos, pero el hecho de que cada especie animal tenga una duración de vida determinada, sugiere la existencia de tales relojes. Si existen, será posible manipularlos, aunque no sepamos aún cómo. Por desgracia, el invertir los síntomas de envejecimiento puede no afectar a la vitalidad del individuo mucho más que una simple teñidura de pelo.

En este trabajo, Tony Osman nos informa de los descubrimientos más recientes de la ciencia. Los investigadores siguen ignorando las causas del envejecimiento, pero son capaces, al mismo tiempo, de prolongar en un treinta por ciento las vidas de algunos animales. Es muy posible que un niño que nazca en estos días siga vivo en el año 2090. A continuación, sigue un artículo del doctor Dicks, de la Tavistock Clinic.





RATON
3,5 años

OBJETIVO:



PERRO
24 años

ALARGAR



ABEJA
7,5 años



LEON
30-35 años

biado. No son más que antes los que superan los ochenta hoy en día.

El reloj de la vida

Todo esto sugiere que hay una duración natural —un reloj interno que se para, o un disco de gramófono interno que llega al último surco—. Por desgracia, esta duración a que aludimos presenta, para los científicos, una segunda dificultad. Las personas que los científicos someten a estudio no viven más que éstos. Para tratar de influir sobre la mortalidad natural hay, o bien que estudiar a gente mucho mayor que uno, o dejar notas muy precisas para los herederos científicos que uno pueda tener. Ocurre que la investigación a largo plazo es imposible —los científicos necesitan hacer sus descubrimientos más fundamentales mientras son jóvenes—. Nadie quiere llevar a cabo una investigación que sólo dará sus frutos cuando uno sea viejo.

Por extraño que parezca, nadie muere sólo de viejo. La gente muere de enfermedades diagnosticables, que podrían curarse en personas más jóvenes. Este es uno de los síntomas del envejecimiento. El caso es que si muriésemos solamente de accidentes físicos, como termina la vida de un vaso de vino que se cae al suelo y se hace pedazos, disminuirían con el tiempo las probabilidades de seguir con vida de cada individuo: cuanto más viviese una persona, mayores probabilidades habría de que sufriese un accidente fatal. Los matemáticos han llegado a hacer gráficos para ilustrar los riesgos de «muerte» en una «población» de vasos. Estos gráficos son, sin embargo, muy diferentes de los referidos a se-

res humanos. Si se empieza con una «población» de diez mil vasos, cada mes desaparecerá una fracción, hasta que no quede ninguno. De una población de diez mil seres humanos, por el contrario, la mayoría sigue con vida hasta alcanzar la edad de cincuenta y tantos años. Entonces se produce un rápido incremento en el índice de mortalidad. Todo esto sugiere que existe algo que puede llamarse envejecimiento y que se encarga de eliminar a todos aquellos individuos a los que han perdonado los accidentes.

El caso de los animales

El estudio de los animales aporta igualmente pruebas en favor de un reloj. Pero, al mismo tiempo, le plantea problemas al experimentador. Lo que quisiera saber es cuánto tiempo viven los animales de una forma natural. Por desgracia, la respuesta es «no mucho tiempo»: Los animales son víctimas de otros animales, o mueren de enfermedades o por falta de comida, sin llegar a la vejez. Y, en cualquier caso, no es fácil saber qué edad tienen al morir. Como los legendarios hombres de Georgia, de quienes se decía que habían vivido ciento cincuenta años, los animales no tienen partidas de nacimiento. Algunos sí presentan señales reveladoras. En el oído de la ballena hay una especie de tapón de cera que presenta círculos parecidos a los del tronco de un árbol. Lo mismo ocurre con la aleta pectoral del esturión. En la mayoría de los casos, sin embargo, las únicas pruebas las tenemos a través de los animales cautivos en los zoológicos o en laboratorios. Por desgracia, los animales sufren una gran transformación fisiológica al ser domesticados, y los animales de

los laboratorios se reproducen en los mismos durante generaciones. Además, no se conservan cautivos demasiados animales. Todos los elefantes que hay en los zoológicos no bastan para llevar a cabo un estudio estadístico serio, aunque bastan para refutar las leyendas que hablan de las altísimas edades que alcanzan los elefantes salvajes. El elefante indio, en cautividad, por ejemplo, suele vivir de cincuenta a sesenta años. El hombre es, en efecto, el mamífero que más vive. No hay pruebas serias de que determinados reptiles y peces vivan hasta siglos. Las tortugas suelen vivir ciento cincuenta años, y se dice que hay una carpa en el estanque de Versalles con el anillo de María Antonieta. Se sabe, sin embargo, que las carpas nunca viven más de cincuenta años.

Los mamíferos y el hombre

Los mamíferos son los animales más interesantes para el estudio del envejecimiento de los humanos. Los mamíferos cautivos muestran los mismos síntomas de mortalidad que los humanos. Aumenta el porcentaje de casos de cáncer, y las arterias pierden elasticidad. El zoológico de Londres ha encargado a un equipo del estudio de los casos de ataques cardíacos en los animales allí reclusos. En el zoo se cuida tan bien a los animales que algunos de ellos mueren de afecciones cardíacas. Los animales salvajes no viven el tiempo suficiente para padecer este tipo de afecciones.

Estos hechos —el aumento en el índice de mortalidad con el envejecimiento, así como la similitud que tienen en todos los mamíferos tales cambios— sugieren la existencia de un reloj interno. Es muy difícil localizarlo. No parece existir ningún fac-

tor evidente y común a los animales que alcanzan largas edades. No es el tamaño —los leones y los gatos domésticos alcanzan la misma edad—, y no es tampoco la dieta o el estilo de vida —el hipopótamo, vegetariano, vive tantos años como el león—. La única regla general parece ser que los animales con mayor masa cerebral, en comparación con el peso de su cuerpo, son los que más viven. Esta constatación no ayuda demasiado a resolver el enigma.

Recientes progresos científicos sugieren cómo enfrentarse con el problema. Sir Peter Medawar, director del Medical Research Council's Institute de Mill Hill, ha señalado que la ciencia es el arte de resolver lo posible —que los científicos se enfrentan a los problemas sólo cuando alguna teoría sugiere un experimento—, y ha sugerido el trasplante de cualquier órgano que se proponga como clave del envejecimiento de un animal joven a otro viejo, con la esperanza de rejuvenecerlo.

La fabricación de proteínas

El descubrimiento del proceso de fabricación por el cuerpo humano de las sustancias químicas que necesitamos ha representado un gran adelanto en la investigación del proceso de envejecimiento. Sabemos que las células acumulan proteínas, y que en algunos casos estas proteínas se juntan para formar otras, más complicadas. Un brillante químico teórico, Leslie Orgel, ha apuntado la teoría de que de vez en cuando se producen errores en la fabricación de proteínas. Si estos errores se produjesen en las proteínas encargadas de formar otras nuevas, el resultado sería catastró-



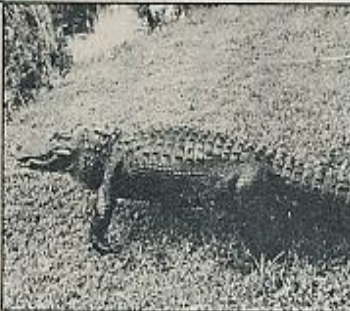
LA

GAVIOTA
40-50 años



VIDA

ELEFANTE
más de 77 años



COCODRILO
50-60 años



TORTUGA
150 años

fico. La célula se encontraría sin proteínas utilizables. Esta teoría está ciertamente lejos de justificar el pelo cano y el endurecimiento de las arterias, pero sugiere experimentos. Si se inyecta una proteína anormal a un animal, aquélla podría utilizarse para fabricar otras nuevas, hasta que la acumulación de proteínas inútiles fuese tal que causase la muerte. En otras palabras, el animal viviría normalmente hasta su muerte lo que corresponde a lo que entendemos por vida normal. Hasta ahora, un científico, el doctor Robin Holliday, ha obtenido resultados en confirmación de esta teoría; otro, el profesor Maynard Smith, no ha hallado nada satisfactorio. En cualquier caso, el experimento no es totalmente convincente —hay sustancias extrañas que pueden afectar a los animales sin que por ello tengan que estar relacionadas con el envejecimiento—. Además, la teoría en cuestión no sugiere ningún modo de posponer dicho proceso.

Drogas de juventud

Hay y ha habido siempre drogas presuntuosamente capaces de prolongar y hasta de devolver la juventud. Quizá la más famosa entre las drogas de este tipo más recientes sea la cocaína, vendida en forma de cápsulas denominadas KH3. Se dice que solamente en Alemania Federal se venden diariamente dos millones de cápsulas KH3. Afirman que esta droga elimina las arrugas de la piel y fortalece el pelo, ayudándole, a veces, incluso a recuperar su prístino color. El problema es que no surte efecto en todo el mundo, y que, de todas formas, no es seguro que el pelo cano y la carne flácida estén regulados por el mismo reloj que la vida

y la muerte. Hasta ahora no se ha descubierto ninguna droga que combata eficazmente el envejecimiento en el hombre.

La dificultad de determinar qué sustancias, o incluso qué hábitos prolongan la vida del hombre, se hace evidente cuando uno habla con centenarios. Hay casi tantas teorías como viejos —éste recomendará una pinta de cerveza al día, por ejemplo; el otro, la abstinencia total—. Lo que es cierto es que hay determinadas prácticas más o menos garantizadas para acortar la vida: la sobrealimentación y el consumo excesivo de alcohol. Aunque se han intentado varios regímenes, no se sabe de ninguno capaz de prolongar la vida. La situación se confunde todavía más debido al universal deseo de creer que tiene que haber una cura para el envejecimiento.

La dieta

La única técnica que se sabe que prolonga la vida de los animales es una severa restricción dietaria. Si se alimenta a los ratones cada tres días, parece ser que alcanzan la madurez con la misma rapidez que los ratones alimentados diariamente, pero viven mucho más. Lo mismo ocurre con algunos gusanos. Es la única evidencia que tenemos de la posibilidad de manipular el reloj interno.

Evidentemente, no se puede someter a los humanos a dietas químicas para ver si puede prolongarse su vida, en especial porque es difícil determinar el mayor o menor éxito del tratamiento. En los siglos quince y dieciséis, se propusieron sustancias alarmanentes, tales como el mercurio y el arsénico, como base del Elixir de la Vida, y se hicieron experimentos con per-

sonas. Los resultados debieron ser bastante rápidos, ya que sabemos que esos productos químicos son venenos mortíferos. Hoy en día se experimenta con animales.

Un argumento bastante sutil ha producido resultados prometedores.

Envejecimiento prematuro

La radiación —los rayos X, por ejemplo— es causa de envejecimiento prematuro; una exposición prolongada a los rayos X puede encanecer el cabello, provocar algún tipo de cáncer y reducir la resistencia a la infección. De hecho, los daños producidos por la radiación no equivalen exactamente al proceso de envejecimiento —el orden de los cambios que se registran es diferente—, pero hay similitudes evidentes que sugieren que una serie de drogas eficaces contra la radiación podrían resultar de alguna eficacia contra el envejecimiento. No está siempre clara la forma en que la radiación afecta a la vida, pero se sabe que produce grupos químicos muy activos llamados radicales libres; los radicales libres también son causa del endurecimiento de la goma sintética. Los científicos han descubierto ya productos químicos que eliminan los radicales libres en la goma sintética —uno de esos productos es el denominado BHT, con el que fueron tratados ratones—.

El argumento en favor de la utilización del BHT era un tanto indirecto, pero parecía funcionar, de modo que se experimentó con otras sustancias químicas. Disponemos de una larga lista de sustancias que prolongan la vida de los ratones. Desgraciadamente, no sabemos cómo actúan. Esto no importa

demasiado —nadie sabía cómo funcionaba la penicilina cuando se utilizó por vez primera—, pero hace difícil determinar si es la propia droga la que causa el efecto. Como ha señalado el doctor Alex Comfort, jefe del equipo del Medical Research Council's, encargado de la investigación biológica de las causas del envejecimiento, es posible que los productos químicos en cuestión no hagan más que estropear el apetito del ratón. Sabemos que el hambre prolonga la vida del ratón.

La prolongación de la vida

El doctor Comfort está seguro de que se descubrirán sustancias que surtirán efecto en seres humanos; si se destina una buena suma de dinero a ese tipo de investigaciones, es muy probable que se produzcan interesantes descubrimientos en los próximos cinco o diez años. El efecto que tendría sobre la comunidad sería sorprendente. El doctor Comfort habla de prolongar nuestra vida activa en veinte o treinta años —se han obtenido resultados equivalentes con ratones—, y esto alteraría profundamente las edades de jubilación.

La población empezaría a aumentar rápidamente, y habría cada vez mayor proporción de jubilados. Si ni siquiera ahora damos a nuestros viejos oportunidades para una vida decorosa, ¡cuánto tendrá que cambiar la sociedad si los jubilados van a tener cincuenta años más de vida! Deberíamos empezar ya a plantear esta transformación.

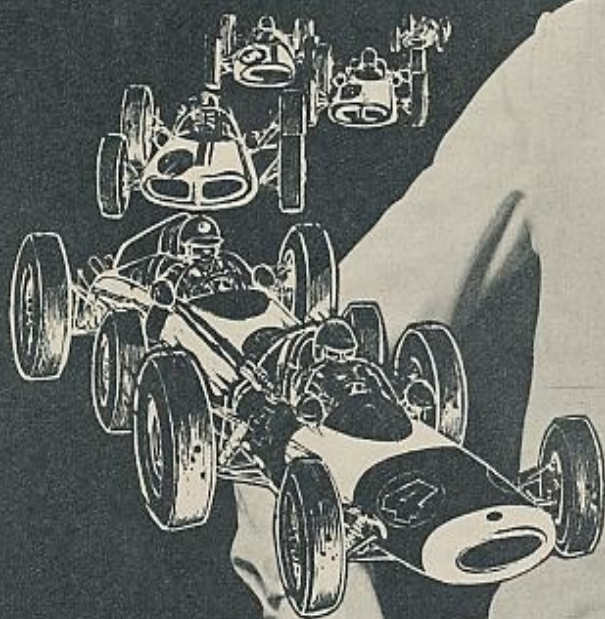
Parte de nuestra actitud hacia los viejos la hemos heredado de los tiempos en que la medicina se concentraba en la curación de las enfermedades infecciosas y en las enfermeda-

Shirt

GRAND PRIX

camisa

VIVIAN



OBJETIVO: ALARGAR LA VIDA

des de los jóvenes. Era una prioridad evidente —parecía más importante salvar la vida de una persona de veinte años que la de otra de sesenta—. Naturalmente, las personas de veinte años salvadas llegaban, con el tiempo, a tener sesenta. Las personas de sesenta y tantos años sólo podían esperar vivir pocos años, y la sociedad los destinaba a instituciones donde podrían pasar sus últimos años. Esta medida era poco convincente. Ellos se sentían marginados, incapaces; se aburrían. En los últimos años, los médicos se han dado cuenta de que los viejos merecen ayuda, y que la ayuda que pueda brindárseles tiene sus efectos. Muchos viejos no necesitan más que tratamiento médico ocasional y pueda pasar sus vidas dentro de la comunidad. Hasta el cansancio, que parece inseparable de la vejez, no es, a veces, más que aburrimiento. También puede ayudárseles mediante drogas estimulantes.

A pesar de los mayores conocimientos de que disponemos en el campo de la geriatría —la vida de los ancianos no siempre es feliz—, son muchísimos los que mueren del llamado «síndrome del reloj de oro», el tedio que sigue a la jubilación. El problema de utilización del talento de los viejos es bastante urgente, y lo será cada vez más a medida que la gente viva más años.

Son cosas que tienen que ocurrir. Las enfermedades de tipo infeccioso han sido vencidas en su mayoría, y los problemas del trasplante de órganos serán solucionados muy pronto. Es verdad que hay mucho que hacer todavía en el campo de los diversos cánceres, pero, algunos, como el de pulmón, serán menos frecuentes en cuanto la gente se entere de cómo han de evitarse. Inmediatamente después del cáncer, la medicina tendrá que atacar el problema del envejecimiento. Los grandes laboratorios están llevando a cabo ya investigaciones. Si encuentran algo, será un buen momento para comprar acciones.

Una píldora tomada diariamente por cada habitante del globo durante cien o ciento veinte años será un buen negocio. ■
T. OSMAN.

MEJORAR CON LA EDAD

por el doctor Henry V. Dicks, consejero de la Tavistock Clinic

EL mundo, en su febril búsqueda de métodos para prolongar la vida y la juventud, corre el peligro de perder su sentido de la perspectiva humana y filosófica. Por un lado, no podemos aguantar que nuestros hijos sigan siendo unos niños, pero, ¿es

que nos agrada que se desarrollen prematuramente y exijan trato de adultos en el trabajo, en la escuela o en la vida sexual? Ellos quieren hacerse mayores. Después, todos nos volvemos irracionales al considerar el paso del tiempo. Hablar de algunas de estas sinrazones

puede resultar útil para todos aquellos que se sienten poco a poco envejecer, aunque perjudicial para los proveedores de recetas para un hipotético rejuvenecimiento. Hay que señalar, en primer lugar, que la edad madura es un período de la vida mucho más agradable, a menudo, que la juventud, y que el temor de envejecer es el auténtico enemigo.

Envejecimiento y maduración

Es necesario hacer una distinción lógica entre dos procesos, al parecer, estrechamente ligados: el del envejecimiento y el de la maduración. El primero está relacionado con el organismo. Comienza con el nacimiento y prosigue inexorablemente, aunque varía de individuo en individuo, según el clima, enfermedades, presiones externas, así como la constitución genética original de cada cual. La maduración tiene más que ver con las personas. Puede calificarse a una persona de inmadura aun cuando su organismo haya atravesado todas las fases biológicas normales que transforman al hombre de niño en adulto. Los biólogos llaman muchas veces madurez a este último proceso, pero yo utilizaré esta palabra en un sentido más amplio, referido a un florecimiento emocional, mental y ético. La maduración, proceso de gran importancia para la vida individual y de grupo, también comienza en la infancia y puede describirse como un continuo compromiso con lo que vamos encontrando a lo largo de las diversas fases de nuestro desarrollo. Con la ayuda de los padres, y si los genes son propicios, trascendemos las fases de dependencia infantil, de agresión y de complejo de castración, y aprendemos a confiar en nuestro prójimo y en nuestra propia capacidad para amar y dominar, así como para determinar cuándo adoptar una actitud defensiva y cuándo aceptar la derrota. La mayor parte de los fracasos por inmadurez en la edad adulta se deben a inseguridades de la niñez, que nos dejan, por así decir, atados psíquicamente a un pasado mal asimilado, incapaces de proseguir. Estas fijaciones nos hacen mirar hacia atrás como a la mujer de Lot. La ansiedad y la inseguridad provocan posturas defensivas, que impiden la relajación vital y la aceptación de lo desconocido. Esta rigidez y timidez con



«La tentación de Eva», obra de Hans Baldung.
La Muerte asoma tras el tronco donde está enroscada la serpiente.

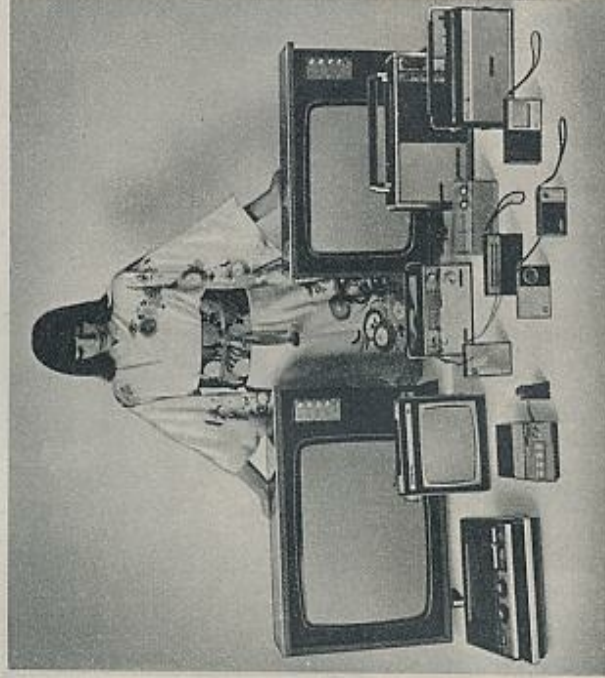
(Proverbio japonés)

Si no quieres ir a la ruina no des 5.000 pesetas de propina.

Sería absurdo pagar 23 mil y pico de pesetas por un televisor de iguales características y calidad que el SANYO de 24 pulgadas, que sólo cuesta 18.794 Ptas.

Estas 5.000 pesetas de más puede usted, si lo desea, invertir en otros productos SANYO de gran calidad y precio japonés.

ADEMAS LLEVA EL NUEVO SISTEMA DE SINTONIZADOR ELECTRONICO VHF/UHF



 **SANYO**

2 AÑOS DE GARANTIA

MEJORAR



CON LA EDAD

sus exageradas defensas contra la pérdida de seguridad, el cariño de los demás, etcétera, es inmadurez, debilidad del «ego», aunque lleve otras máscaras.

El miedo a envejecer

Está claro que envejecer, envejecen lo mismo los maduros que los menos maduros. La maduración de una persona puede continuar en un organismo que decae, moribundo incluso. Constituye la tesis central de este artículo el afirmar que el miedo, el terror incluso a envejecer, lo sienten generalmente los inmaduros, mientras que los más seguros emocionalmente aceptan y se acomodan a las diversas fases de la vida de adultos sin los tantas veces innecesarios pesares de sus hermanos más débiles. Naturalmente, esta afirmación es un tanto simplista en cuanto que extrema los polos opuestos. En la práctica tenemos una serie de predicciones hasta llegar a un punto crítico que puede convertirse en rebelión contra el destino. La menopausia femenina y la jubilación de los varones a los sesenta y cinco años son ejemplos sobresalientes. El que deja atrás la escuela o la universidad también puede sufrir una crisis parecida ante las terribles perspectivas de libertad que se le ofrecen. El temor a envejecer es un aspecto especial del miedo a enfrentarse a la vida.

Sería un síntoma de idealización pretender que la perspectiva de envejecer no tiene su lado sombrío, a pesar de los recientes avances en el campo de la medicina, la higiene personal y la seguridad social. Algunas desventajas son reales. Caminamos hacia la muerte, como lo demuestra la cada vez mayor limitación de nuestra capacidad física y nuestra propensión a las enfermedades. Para todos aquellos cuyas satisfacciones esenciales y, a veces, medios de vida dependen de que estén o no en plena forma física (atletas profesionales, artistas circenses y otros, modelos, etc.), la amenaza de jubilación se materializa muchísimo antes que para otras personas. Aparte de esta pequeña minoría, más aquéllos, mujeres principalmente, cuyo aspecto o juventud significan obtención de

poder, el temor a perder poco a poco la belleza física, la juventud, se manifiestan en todos los que no creen tener ningún otro derecho a la consideración de los demás. Este narcisismo inmaduro es siempre más sano en el análisis final. Hay también seres hermosos de ambos sexos que aceptan este cambio, y pasan de la primavera al verano y otoño de sus vidas sin mirar constantemente hacia atrás. Los propios médicos, a pesar de sus buenas intenciones, han contribuido considerablemente a intensificar la preocupación por la salud, la forma y la juventud de esa minoría hipocondríaca. La comunicación objetiva de una serie de correlaciones estadísticas (por ejemplo, peso y riesgo coronario) es una cosa. Y otra es el efecto que produce el insistir obsesivamente sobre lo mismo entre una serie de personas poco estables, que sólo viven para pesarse constantemente. Los mejor adaptados seguirán un régimen sensible, y no precisamente por miedo a morir.

Capacidad física e intelectual

No hay diferencia alguna, en principio, entre la fobia de un niño hacia la escuela y el negarse a envejecer de que hablamos. Sabemos que la edad no influye a veces demasiado sensiblemente en la capacidad física o intelectual del individuo —valgan como ejemplo, De Gaulle, Adenauer y Margot Fonteyn—. Hay caucásicos de Georgia que siguen domando caballos a los ciento veinte años y que hasta están deseando casarse. Esto nos lleva a otro de los «cocos» que la gente relaciona con la edad: el tan temido debilitamiento de la potencia sexual. Este temor es tan narcisista e inmaduro como el temor general a «engordar y ponerse feo», del que puede decirse que es una faceta especial. Muchas mujeres alcanzan su plenitud física después de los treinta, cuando han dejado de tener hijos. Todos los temores de este tipo se basan en nuestra fantasía infantil, según la cual los «padres» son viejos y asexuales. Es un aspecto típico del temor a la castración que puede muy bien afligir a todos aquellos

que no han sabido encontrar la felicidad sexual. En todos aquellos que no necesitan cultivar su defectuoso amor propio mediante nuevas conquistas, la sexualidad, es verdad, pierde su urgencia, pero gana en profundidad y satisfacciones. Hay hombres de sesenta y hasta setenta que siguen dando hijos a sus mujeres.

La realidad subyacente a tanto temor prematuro y exagerado («se es demasiado viejo a los cuarenta») es que un pequeño porcentaje de la humanidad se gasta prematuramente.

La ansiedad es un factor muy importante en estos casos. En realidad, la fase de auténtica decadencia es mucho más breve de lo que se piensa muchas veces. Para resumir, tenemos miedo a morir tras larga enfermedad; esto puede ocurrir en cualquier fase de nuestra vida, pero en un viejo no produce tanta angustia como en un joven; tenemos miedo a la fase senil de nuestras vidas, fase que tarda en llegar en muchos casos; la mayor parte de las veces, además, el individuo no se da cuenta de ello. No es lo mismo que ver a un niño morir de leucemia o asistir al funeral de un muchacho de veinte años fallecido en un accidente de automóvil.

Hay ventajas reales, así como sociales, en la madurez física, especialmente si ésta coincide con la madurez personal del individuo. Hay posibilidades que no se desarrollan plenamente con el entrenamiento y la experiencia. Es el caso de los artistas creadores, los intelectuales, etc. Pero, en realidad, son muchos más los que alcanzan su plena capacidad relativamente tarde y la conservan casi hasta sus últimos años —artesanos, hombres de negocios, profesionales de ambos sexos—. También se dice que no se hacen nuevos descubrimientos después de los treinta y cinco. Esto puede ser así en algunos casos, en el terreno de la ciencia física o la exploración geográfica, por ejemplo, pero los astronautas cuentan casi cuarenta!

El valor de la experiencia

No lo es en el campo de las artes creativas y las ciencias hu-

manas, en las que se hace imprescindible un trabajo sintético. La adquisición de nuevos conocimientos, esencial para este trabajo, recibe el nombre de sabiduría. La maduración ha de comenzar en la niñez, pero el proceso cobra cada vez mayor evidencia según pasan los años. Como la ambición, la urgencia sexual, la impaciencia y la intolerancia son cualidades propias de la juventud, su debilitamiento sirve para relajar los años maduros. Cuando los hijos ya son mayores, los padres dejan de ser sus esclavos para preocuparse de sí mismos, cultivar sus gustos y sus vidas interiores.

Muy a menudo, los que tienen miedo a envejecer llegan a sufrir trastornos psicossomáticos.

Llegadas a cierta edad, las personas más sensatas dejan de preocuparse demasiado por el «status» social y la opinión de los demás. Saben de lo que son capaces y lo aceptan; les interesa más el aspecto objetivo que el subjetivo de sus vidas. Es para los jóvenes un problema encontrar su identidad. Los mayores, que han dejado atrás este problema, pueden desarrollar libremente sus personalidades. La vanidad, la preocupación por el qué dirán y la ambición social resultan patéticos cuando se presentan en una época de nuestras vidas en que deberíamos ocuparnos de sacar el máximo provecho de nuestras posibilidades. Para algunos, la pérdida de un par de dientes representa una amenaza. Para los que, por el contrario, se adaptan perfectamente a cada una de las fases de sus vidas, no tiene importancia alguna. Los viejos disfrutaban de hecho, con la comida, el sexo, el vino, los viajes, el sol, la vida intelectual y social, etcétera, tanto como (y a veces más que) los jóvenes, a menos que ya de jóvenes decidiesen rechazar todo lo que la vida podía aportarles. En este caso, su vejez no representa tampoco diferencia alguna con respecto a su juventud. Como dice el poeta:

«Los cobardes mueren una y otra
[vez antes de morir;
los valientes no prueban la
[muerte más que una vez».