

Se han ganado veinticinco años  
a la muerte

# LA BUSQUEDA DE LA TERCERA EDAD

AURORA FERNANDEZ

**L** O dijo Chevalier cuando su canotier le cubría los últimos cabellos, completamente blancos: "envejecer es terrible, pero la alternativa es peor". Y siguió pisando los escenarios hasta haber cumplido los ochenta, con su cara de niño inundada por una sonrisa llena de asombro que detenía el tiempo en la punta de su bastón.

Envejecer es terrible, dicen también otros muchos —personas adultas, jubilados, de la tercera edad, abuelos— que acaban de subir el peldaño de los sesenta y cuatro o quizá ya están llegando a los setenta. Sin embargo, la ciencia, los gerontólogos y algunos viejos que nunca lo fueron —como el propio Maurice Chevalier— muestran unas pruebas que inducen a la duda. ¿Será la vejez una buena edad?

Para empezar, una cifra: setenta y dos años, que es el promedio de vida que alcanzará el hombre en 1980 y un dato comparativo: en 1900 este promedio no sobrepasaba los cuarenta y siete años. Se han ganado veinticinco años a la muerte o, dicho de otro modo, disfrutamos de más tiempo de vida. Un tiempo que viene a ser algo así como un regalo para los que ya se creen caducos, que aleja el día último con una promesa intuida de mejorar los que quedan por vivir. Porque si se alarga la vida no es para prolongar esa agonía rutinaria en que se sumía antes —quizá todavía— a aquellos ancianos de sesenta, sino para vivirlos con toda la intensidad de un cuerpo que —aunque note los años— puede llegar ágilmente hasta los 70.

Es decir, que los viejos de ahora no son los de antes. El ex trabajador de sesenta y cinco años recién cumplidos que se despierta una mañana y sabe que no tendrá que fichar ante un reloj que marca las nueve en punto, descubre de pronto que el tiempo le invade. Por primera vez después de tantos años de mirar el

reloj, no tiene prisa. Un buen momento para plantearse la próxima etapa, que según han investigado en Norteamérica, es probable que alcance, si el estado de salud es normal, unos trece años en los hombres y dieciséis en las mujeres. Demasiado tiempo para disponer de él cuando casi nunca se ha sido dueño de las horas y menos de los días. ¿Cómo afrontar con buen ánimo esos instantes eternos que le dejan suspendido en el vacío? Una mente vacía es una mente angustiada. Y esto es lo que ocurre a veces cuando el hombre atraviesa la frontera de los sesenta y cinco. Se desocupa la mente y es una difícil aventura llenarla de nuevo.

## Llenar el tiempo libre

Leopold Bellak, experto en estudios sobre la vejez, afirma que una de las ventajas de la jubilación es la posibilidad de disponer del propio tiempo. Y es cierto que hoy muchos profesionales andan ya cavilando sobre aquello que harán cuando no dependan de un horario. "Cuando me jubile pondré en orden mi biblioteca", "cuidaré el pequeño terreno que me queda en el pueblo", "leeré todos esos libros que ahora sólo puedo hojear".

Es un buen tiempo para realizar proyectos, para iniciar nuevas relaciones. El momento de la jubilación y el de la muerte ya no están tan unidos como hace treinta o cuarenta años, cuando los obreros, al dejar de acudir a la fábrica, eran ya incapaces de levantarse solos de la cama. La franja de tiempo entre estos dos acontecimientos se ha ensanchado, en ocasiones con pesar de los mismos protagonistas, pero es un motivo de esperanza cuando el recién pensionado es consciente de que seguirá siendo ágil durante un largo período, cuando hace oídos sordos a las falsas conminaciones que aconsejan el reposo y la vida tranquila, alejada



del bullicio mundano, cuando se siente en lo más hondo el deseo irrefrenable de seguir vivo.

Lili Alvarez —representó a España en Wimbledon antes de la guerra— confesaba hace días en una entrevista que esperaba volver a coger la raqueta en cuanto se recuperara de dos pinzamientos de discos que tenía en una vértebra. Lili tiene ahora setenta y cuatro años y no es extraño que logre pisar de nuevo la cancha. Más inalcanzable parecía la meta de Marian Hart, que a la edad de ochenta y cuatro años consiguió cruzar el Atlántico en un avión monoplaça.

Dejando a un lado a los espíritus excepcionales, hay que ahondar en la pequeña-gran tragedia de los miles de pensionados

—más de cuatro millones en España— que se encuentran de sopetón obligados a atrofiarse en un banco de cualquier parque, entre caras arrugadas y extrañas. La tendencia social no tiene en cuenta las investigaciones que demuestran que la edad no es una enfermedad en sí misma. Y su aumento no está en proporción inversa al desarrollo de la inteligencia. Más bien, el proceso es al revés: al no llevar a cabo una actividad, el cerebro se atarga. Dice un proverbio alemán que el arado que no trabaja se enmohece, y lo mismo ocurre con el organismo humano. Precisamente en Alemania, Ursula Lehr y Hans Thoma, profesores de Psicología de la Universidad de Bonn, realizaron un estudio con

222 personas de ambos sexos nacidas entre 1890 y 1905. Desde 1965 en que se inició, estas personas eran sometidas a una investigación psicológica y médica cada dos años. Actualmente viven sólo cien, y a la vista de las siete investigaciones realizadas han extraído una conclusión sorprendente: los supervivientes habían alcanzado en los tests de inteligencia aplicados durante todas las sesiones de estudio un promedio de puntuación superior al de los que fallecieron.

## La inteligencia no envejece

En Estados Unidos, país donde se realizan mayor número de estudios gerontológicos —hay veinte millones de personas mayores de sesenta y cinco años—, han descubierto que la pérdida de la inteligencia es evidente en aquellas personas que están gravemente enfermas y sólo en padecimientos concretos, pero no en los que se encuentran sanos en líneas generales. Y yendo más lejos, han conseguido pruebas definitivas de que el envejecimiento del intelecto se produce no por los años, sino por las expectativas de la sociedad y el ámbito en que a menudo se coloca a los ancianos.

La doctora norteamericana Bernice Neugarten analiza estas expectativas reguladas por lo que ella denomina el reloj social. Es necesario escoger la edad apropiada para ejercer las funciones sociales, o mejor dicho, la edad que la sociedad espera que escojamos. Edad para estudiar, para trabajar, para amar, para ser padres o para ser viejos. Y frente a ese reloj social que establece un tiempo social, Neugarten coloca el llamado tiempo personal. Si ambos tiempos coinciden es que el sujeto está viviendo tal como la sociedad esperaba que lo hiciera. Que es más o menos lo que ocurre cuando un jubilado, a pesar de sentir todavía la tentación de fijar la mirada en esas piernas bien torneadas que tiene delante mismo de sus ojos, en un asiento del Metro, se gira discretamente hacia la ventanilla y se pierde en la oscuridad del túnel, como queriendo olvidar que la vida sigue dentro del vagón.

A este respecto existen unos trabajos conocidos como los Estudios de Kansas City sobre la Vida Adulta. Fueron realizados por investigadores de la Comisión del Desarrollo Humano de la Universidad de Chicago, y el objeto del estudio era dar respuesta a pre-

guntas tales como ¿cuáles son los cambios de la personalidad relacionados con la edad cronológica en la segunda mitad de la vida?, ¿cómo afectan las relaciones humanas a las diferencias de personalidad en la edad madura? Los sujetos adultos que hicieron posible la investigación demostraron con sus datos personales que no se produce una disminución en las satisfacciones a medida que la gente envejece, que se puede seguir sintiendo el mismo contento vital que veinte años antes, siempre que éste hubiera existido durante la vida anterior del adulto.

## No replegarse

Dos doctores, Elaine Cummings y William Henry, contrapusieron la teoría de que el aisla-



La sociedad no les ofrece otra disyuntiva que la de pasarse el día mano sobre mano, buscar una chapuza mal retribuida o consumir las horas jugando a los naipes o al dominó.

miento del individuo va acompañado de una mengua de interés emocional en las relaciones que anteriormente se había complacido en sostener. Según ellos, es el viejo el que se repliega, se desentendiendo del contexto que le envuelve, se crea una coraza en donde ahogar los últimos alientos de vida. Y habría que preguntarles a estos doctores si no es más bien el contexto el que crea un círculo de vacío alrededor de los viejos, si no es la sociedad la que pierde interés por una persona que se considera improductiva.

Master y Johnson, que llevan decenas de años analizando el comportamiento sexual de los americanos, afirmaron en una ocasión —sirva de revulsivo— que el ritmo cardíaco y la presión

sanguínea se intensifican en las distintas fases de la relación sexual, pero que ese incremento no reviste ningún peligro. Y son los mismos cardiólogos los que recomiendan a sus pacientes que establezcan relaciones sexuales con el fin de descargar las tensiones acumuladas.

Sin embargo, aquí todavía andamos a cuestas con el tabú del sexo, porque lo de la liberación sólo va dirigido a los jóvenes, mientras que los maduritos procuran irse olvidando de lo que era aquello. A partir de los sesenta, e incluso antes, las parejas de toda la vida empiezan a incorporar a sus noches un desmesurado estoicismo y con frecuencia cambian la tradicional cama de matrimonio por otras dos más estrechas, separadas por una mesita que sirve para hacer más ostensible lo de "ya vamos para viejos". Y es difícil hacer compren-

tivas, que dignifique su nueva condición. Las pensiones que ofrece la Seguridad Social se han quedado estancadas en unas cifras desgraciadamente irrisorias. A pesar de las promesas del ministro de elevarlas a 15.000 pesetas, por ahora oscilan alrededor de las 10.000, billete más, billete menos, y con esta cantidad se supone que debe mantenerse el beneficiario durante un mes, sin recibir ningún salario extra ni ayuda por parte de la familia.

Ante esta situación, cualquier anciano está obligado a decir adios a todas las ilusiones que iba acumulando mientras esperaba un soñado descanso. Su deseo de vivir unos años sintiéndose dueño de su propio tiempo degenera en una estúpida utopía y se convierte en seguida en un desasosiego por conseguir algún trabajo que le complemente la ridícula pensión. Es preferible esa alternativa que pasar el día mano sobre mano, sentado en cualquier plaza desahogada, porque ni siquiera hay suficientes centros donde acudir a pasar la tarde, a jugar una partida de dominó, o simplemente a sentir el calor de vecinos antiguos. Los 240 hogares de pensionistas que existen en España no pueden recibir a todos los socios que desean escapar de sus propios —falsos— hogares, en donde se les tiene por compasión, se les cobra la pensión y se les prohíbe cualquier acción. No hay suficientes sillones en esos centros en donde descansar el tedio de seguir vivo para nada.

Y para qué hablar de residencias, esos 45 templos sagrados en donde sólo pueden entrar 7.501 privilegiados ancianos perfectamente sanos y válidos. Las solicitudes se amontonan y se necesitan al menos dos años para conseguir una plaza, y una vez dentro podría aplicarse aquel refrán de "jaula nueva, pájaro muerto", porque el desapego entre el anciano y la sociedad se acelera cuando se pierden los lazos que mantienen la coherencia de una vida. Las habitaciones immaculadamente blancas y asépticas, tienen un aire de hospital irremediable. Una vez dentro, parece que la vida se ha quedado fuera, detrás de las rejas que rodean el jardín.

Dentro o fuera del recinto los viejos están igualmente rodeados, que no quiere decir protegidos, sino más bien acosados, aislados por un cristal invisible que les hace permanecer estáticos. Alcanzan la atrofia en pocos años, quizá meses, y confirman así las teorías derrotistas que ya los habían catalogado de antemano. Sólo para los que consiguen abrir ese armazón casi hermético la vejez se convierte en una buena edad. ■