

308923

103
201

UNIVERSIDAD PANAMERICANA

ESCUELA DE PEDAGOGIA
INCORPORADA A LA
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO



ANALISIS EDUCATIVO DE LA VEJEZ Y EL PROCESO
DE ADAPTACION AL ASILO DE ANCIANOS

T E S I N A

QUE PRESENTA:

JANA RAIJMAN BRODER

PARA OBTENER EL TITULO DE:

LICENCIADO EN PEDAGOGIA

DIRECTOR DE TESINA:

DRA. ELVIA MARVEYA VILLALOBOS TORRES

MEXICO, D. F.

1998

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

A MIS POLLITOS SAM E ILAN :

Que son mi inspiración para ser siempre mejor.
Que representan mi ancla de salvación en momentos
difíciles, y que son el mejor regalo de Dios.

A BENNY :

Sin ti no hubiera podido lograr
este anhelado proyecto.
A ti que me has enseñado que la
vida no es sólo cuestión de
tiempo para amar , sino que es el
amar para toda la eternidad.
A ti que eres y serás por siempre
el gran amor de mi vida.

A MIS PADRES A QUIENES DEBO LO QUE SOY.

A TI MAMÁ :

De quien siempre admire tu don de gentes
pero sobre todo esa fortaleza que te hace única.
Sólo Dios sabe que las palabras sobran. Lo que
vale es lo que se sembró y ahora se cosecha.
Recuerda siempre que el tiempo es nuestro.

A TI PAPÁ :

La vida sigue pero el tiempo se nos
escapó de las manos.
Tú alegría de vivir, tú afán por disfrutar
todo y esa bondad que te caracterizaban
te hacían único y el mejor ejemplo a
seguir. Estes donde estes, recuerda que
en cada instante de mi vida te tengo
presente.

¡ TE EXTRAÑO !

A MIS HERMANOS JACOBO, SILVIA Y JAYA :

**Que me han enseñado el arte de compartir y dar .
El verdadero significado de la amistad.**

A TI BOBE EUGENIA :

**Que me enseñaste que la vida
bien vale la pena ser vivida
plenamente.**

A MARVEYA :

Gracias por tu paciencia y tu tiempo.

A LA UNIVERSIDAD PANAMERICANA :

Gracias por brindarme ésta
oportunidad.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO I.- CARACTERÍSTICAS GENERALES DE LA VEJEZ	
I.1 ASPECTOS BIOLÓGICOS.....	3
I.1.1 VEJEZ Y BIOLOGÍA.....	4
I.1.2 DESARROLLO SEXUAL.....	4
I.1.3 ANCIANIDAD FEMENINA Y MASCULINA.....	7
I.2 ASPECTOS PSICOLÓGICOS.....	10
I.2.1 DESARROLLO AFECTIVO.....	10
I.2.2 INHIBICIONES Y OBSTÁCULOS.....	13
I.2.3 PERSONALIDAD Y EDAD.....	15
I.2.4 FUNCIONAMIENTO MENTAL.....	17
I.3 ASPECTOS SOCIALES.....	19
I.3.1 CONCEPCIÓN DEL TIEMPO EN LOS ANCIANOS.....	19
I.4 EDUCACIÓN DEL VIEJO.....	21
I.4.1 CARACTERÍSTICAS DE LA VEJEZ.....	21
I.4.2 QUE ES EDUCACIÓN.....	23
I.4.3 EDUCACIÓN EN LA VEJEZ.....	23
CITAS Y NOTAS DEL PRIMER CAPÍTULO.....	25
CAPÍTULO II.- PROCESO DE ADAPTACIÓN DEL VIEJO A SU NUEVA VIDA	
II.1 SENTIDO DE LA VEJEZ.....	26
II.1.1 SENTIDO Y RAZÓN DE SER DE LA VEJEZ.....	27
II.1.2 JUVENTUD Y VEJEZ.....	29
II.1.3 PREPARACIÓN PARA LA VEJEZ.....	32
II.2 ESPIRITUALIDAD DE LA VEJEZ.....	33
II.2.1 SITUACIÓN ESPIRITUAL DEL HOMBRE VIEJO.....	34

II.2.2 LOS VIEJOS COMO UN PROBLEMA DE MINORÍA.....	35
II.2.3 DISCRIMINACIÓN BASADA EN LA EDAD.....	36
II.3 PROCESO DE ADAPTACIÓN A LA VIDA.....	37
II.3.1 ADAPTACIÓN DEL VIEJO A LA VIDA COTIDIANA.....	38
II.3.2 ACTITUD ANTE LA VIDA.....	39
CITAS Y NOTAS DEL SEGUNDO CAPÍTULO.....	43

**CAPÍTULO III.- EL VIEJO PRODUCTIVO DENTRO DE LOS ASILOS PARA
ANCIANOS**

III.1 ADAPTACIÓN A UN NUEVO HOGAR.....	44
III.1.1 LOS ASILOS DE ANCIANOS.....	44
III.1.2 HOGAR DE DESCONOCIDOS.....	46
III.1.3 PRECAUCIONES AL INGRESAR.....	51
III.1.4 UNA NUEVA FAMILIA.....	52
III.1.5 PROBLEMAS MAS FRECUENTES EN INSTITUCIONES PARA ANCIANOS.....	54
III.2 QUE ES PRODUCTIVIDAD EN EL ANCIANO.....	55
III.2.1 DEFINICIÓN DE PRODUCCIÓN.....	55
III.2.2 LA SOCIEDAD NECESITA A LOS ANCIANOS.....	56
III.2.3 PENSIÓN DE VEJEZ.....	59
CITAS Y NOTAS DEL TERCER CAPÍTULO.....	63
CONCLUSIONES.....	64
RECOMENDACIONES.....	66
BIBLIOGRAFÍA.....	67

INTRODUCCIÓN

Es evidente que ante los cambios que modifican continuamente toda una estructura o sistema, valga la pena hacer un alto en el camino y analizar el lugar que ocupan los seres humanos en dicho acontecimiento.

El objetivo de éste trabajo de investigación es: Analizar la acción paralela de la comunidad y la población senil para lograr mayor progreso de los viejos en un asilo de ancianos.

El propósito de prestar especial interés a la situación del hombre viejo ante las circunstancias que marca la sociedad implica más allá de la situación a la que se enfrenta día con día en sus funciones dentro de su área de desarrollo, el estudio pretende reflexionar sobre el tipo de sociedad en la que los ancianos se desenvuelven, el rol que desempeñan en el grupo al que pertenecen, en delinear perfectamente todas aquellas características que fundamentan la forma de vida del anciano, su desarrollo y su aceptación por parte de la sociedad.

Cabe mencionar que este trabajo intentará dar a conocer las características generales de los viejos, el punto de vista biológico que trata sobre el desarrollo de la sexualidad y la diferenciación de los sexos, el psicológico que se refiere los obstáculos a los que se enfrenta el viejo, el desarrollo de su personalidad y su funcionamiento mental, el aspecto social que explica el concepto de tiempo para los ancianos y por último la educación en la vejez. Su objetivo es definir el desarrollo integral de los ancianos como punto importante para el desarrollo de su personalidad e identificar la diferencia entre una persona vieja y una persona enferma.

También se tratará del proceso de adaptación del viejo a su nueva vida, tomando en cuenta la razón de ser de la vejez, su preparación desde la juventud, la situación espiritual de los hombres de edad, la discriminación de la que son víctimas y su actitud ante la vida. El objetivo de ello es identificar y apoyar la razón de ser de la vejez como una etapa de la vida del hombre.

Y por último sensibilizar a la población senecta de la importancia de seguir siendo productivos y llevar una forma de vida común a medida que los años pasan. Aquí se incluyen temas relacionados con la adaptación al asilo de ancianos y los problemas más frecuentes con los que se encuentran.

Esto es con la finalidad de no perder de vista que el viejo es un ser humano con menor capacidad física que un joven, pero con un cúmulo de experiencias que bien valen ser escuchadas y tomadas en cuenta. Y de ser posible plantear la posibilidad de un cambio actitudinal con respecto a los viejos por parte de la sociedad.

Por lo consiguiente es necesario tener una apertura de criterio lo suficientemente amplia para aceptar a la vejez como parte del proceso de vida.

CAPÍTULO I: CARACTERÍSTICAS GENERALES DE LA VEJEZ

Hoy en día las ideas modernas no pretenden encontrar un fenómeno al cual adjudicarle el envejecimiento biológico ; lo ve aunado al proceso de vida. Además es un proceso de vida común a todos los seres vivos por el hecho de serlo. En el hombre el envejecimiento se caracteriza por una transformación de los tejidos. Esto quiere decir que los tejidos activos disminuyen y aumentan los tejidos inertes, viéndolo desde el punto de vista metabólico. Esto trae consigo una involución de órganos y un debilitamiento de funciones que paran hasta la muerte.

1.1 ASPECTOS BIOLÓGICOS

Es claro que en la vejez, los órganos del cuerpo no funcionan de igual manera y esto nos va anunciando que poco a poco la vida se va acabando. Empiezan a manifestarse ciertos aspectos que nos lo hacen saber. Cuando se envejece el pelo se blanquea y se ralea sin saber por qué, el vello también se encanece aunque en ciertas lugares prolifera, como es el mentón de las ancianas. Como consecuencia de la pérdida de elasticidad en el tejido dérmico subyacente la piel se arruga, se caen los dientes. Por lo mismo se espesan los párpados superiores y se forman bolsas debajo de los ojos. El labio superior se afina, el lóbulo de la oreja crece. El esqueleto también sufre modificaciones, lo ancho de los hombros se reduce, la pelvis aumenta, inclusive pueden llegar a sufrir de osteoporosis. El funcionamiento del corazón se altera, pierde sus facultades de adaptación. Esto quiere decir que nos sobresaltamos con mayor fuerza ante ciertas situaciones y nos es más difícil sobreponernos a ellas.

El sistema circulatorio sufre la aterosclerosis que se hace característica en la vejez ; no se sabe que la provoca pero afecta al cerebro, las venas, la tensión, el ritmo, etc.

La involución de las glándulas endocrinas es una consecuencia manifiesta de la vejez, pues va acompañada de la involución de órganos sexuales. Se manifiestan indicios de todo tipo de vejez, no sólo físicos y mentales sino sociales que vienen entrelazados con el aspecto biológico de la persona.

1.1.1 VEJEZ Y BIOLOGÍA

Cuando se esta en la vejez la medicina sugiere moderación en cada una de sus actividades, más ésta no implica que deben interrumpirlas. Si se está acostumbrado al ejercicio y a actividades fuertes no deben dejarse a un lado, el cuerpo está habituado a realizarlos. Si bien es cierto que es difícil realizarlas de igual manera que en la juventud, pero si se tiene la fortaleza y el optimismo para lograrlo, se puede hacer. "Los organismos declinan cuando sus posibilidades de subsistir se reducen conforme el paso de los años".(1)

1.1.2 DESARROLLO SEXUAL

El aspecto sexual en la vejez también ha sido valorado equivocadamente de una manera o de otra según las épocas.

Por ejemplo, en la mujer cuando llega la menopausia cesa la actividad sexual fisiológica. No influye el hecho de que no pueda tener hijos en la esfera erótica. Lo que si influye es el hecho de no sentirse igual de activa y deseada.

Se han hecho estudios acerca de la actividad e interés sexual en los ancianos y éstos confirman que con mayor probabilidad los ancianos que fueron jóvenes amantes activos se convertirán en

amantes viejos activos. Aquellos que han disfrutado relaciones sexuales por años es probable que continúen una vida de amor activa.

Aunque en la vejez la frecuencia del contacto sexual no tiene importancia, cada unión sexual entre una pareja que lleva unida muchos años va más allá del placer del momento. Son años de convivencia, de relación y la supervivencia del contacto sensual lleva a la persona a ser más vital en sus relaciones personales, sociales, etc., no sólo en las sexuales.

Seguir con las relaciones sexuales es una manera de evitar la monotonía en la vejez. Si se interrumpe el funcionamiento sexual por enfermedad o debilidad, es posible que no se recupere de manera fácil. La mala salud puede causar una reducción o suspensión de la actividad sexual a cualquier edad.

A pesar de que el anciano aprende a vivir con limitaciones, lo cual significa un problema, aunque no el único, los problemas físicos se hacen crónicos por no ser atendidos con prontitud.

La mala salud de uno de los miembros de la pareja significa que quedan privados de sexo. Una interrupción así en la vejez puede hacer surgir dudas como es "ya no le agrado". Esto es una preocupación muy común porque muchos hombres ahora piensan que deben darle poca importancia a la enfermedad física y es por esto que la mujer se inquieta de la manera como ha cambiado su vida conyugal.

Un esposo enfermo puede hacer a un lado las manifestaciones de afecto por pensar que no se va a adaptar al comportamiento sexual que se espera de él. Y esto despierta dudas en su trato con la pareja. Estas dudas en la comunicación pueden seguir aunque la salud se haya restablecido. Esto crea malos entendidos pudiendo llegar a su fin.

Uno de los mayores obstáculos en la intimidad en la vejez es la muerte de uno de los cónyuges. Inclusive puede pasar mucho tiempo antes de piensen en tener otra relación. Se puede llegar a

sentir deseo de una relación íntima pero también incomodidad por andar buscando después de muchos años. Los hombres son los que con mayor probabilidad vuelven a casarse. Sin embargo, la mujer tiene mayor probabilidad de sobrevivir que el hombre.

Desafortunadamente el estilo de vida de algunos ancianos dista de ser el ideal romántico. Su ambiente, ropa y actividades están limitados en ocasiones por el aspecto económico. En ocasiones los limita el ambiente en el que viven para llegar a la intimidad.

Se ha dicho en ocasiones que el cerebro es el órgano sexual más importante. La excitación física, el acto y el placer se dan de manera natural cuando nos imaginamos en una situación amorosa. Y lo más probable es que los factores principales que obstaculizan la intimidad sexual de la vejez se encuentren en su mente.

Estamos rodeados de estándares que no nos llevan a nada, primero deben examinarse los hechos y luego las actitudes. Los investigadores están de acuerdo que el interés en la actividad sexual es importante a cualquier edad y para mantener una relación sexual, los ancianos deben hacer caso omiso de las amonestaciones de los demás. Las actitudes de la sociedad afectan de manera diferente a los hombres que a las mujeres por razones biológicas, psicológicas y sociales. El miedo a la desaprobación y al ridículo pueden llenar de conflictos al amor sexual. El hombre de edad busca respeto por parte de la sociedad y la suya propia. Para mantener ese respeto en ocasiones renuncia a la vida sexual activa ya sea por decisión propia o por impotencia.

En ocasiones la familia y los vecinos actúan como si las relaciones íntimas de los ancianos dependieran de su aprobación. A muchos de los ancianos se les ha dicho que son demasiado viejos para esa clase de cosas y se aíslan por no sufrir más presiones.

Las mujeres que sus maridos aun viven pueden disfrutar de una vida sexual activa siempre. Sin embargo, el anciano que deja su actividad sexual por el que dirán, despojan también a sus mujeres del amor físico.

El sexo en la vejez ofrece algo más que la gratificación física directa, reafirma también la identidad de cada cónyuge como persona que aún puede tener valor para otra persona. En ocasiones se ha llegado a darle una forma estereotipada al anciano como al individuo que se aleja de este mundo. La intimidad de dos seres que han compartido durante muchos años alegrías y tristezas es la mejor defensa contra la sociedad que sabe que existen ancianos, pero no los toma en cuenta.

La intimidad, la conversación y la compañía siguen siendo algo precioso que sirve para darle una mayor firmeza a la vida.

En el futuro quizá la situación de la sociedad con respecto a los ancianos cambie y se den cuenta que su actitud sólo refleja las inseguridades y malinterpretaciones de la sociedad misma.

Si deseamos llevar una vida sexual activa en la vejez, lo lograremos. Si podemos superar los prejuicios quizá podamos llegar a abrir nuevos caminos para dar origen a una generación nueva que entenderá nuestra actitud sexual cuando seamos viejos.

I.1.3 ANCIANIDAD FEMENINA Y MASCULINA

El sitio de la mujer anciana en la sociedad difiere en algunos elementos del sitio que ocupa el hombre anciano.

En la mujer podemos distinguir varios puntos: Sigue profundizando en sus atributos personales que la hacen tener una personalidad más impresionante que antes, y si se les brinda oportunidad tendrán sus sitio en la sociedad.

La variedad y la profundidad de la experiencia que los ancianos, tanto hombres como mujeres, introducen a la vejez es un recurso que la sociedad ignora para su desgracia. La persona anciana que ayuda a la sociedad tiene el derecho de pedir en ella su lugar significativo. Esto quiere decir que se debe tomar en cuenta que los viejos tienen mucho que aportar, en ocasiones y ante diversos problemas, saben como salir adelante.

La expectativa media de vida para las mujeres de raza blanca es cinco años más alta que para los hombres. Entre las investigaciones se encontraron que entre los centenarios hay un número mayor de mujeres que de hombres.

El ser humano pertenece a una raza que está condicionada por la herencia y con ella ya desde la fecundación se fijan los límites aproximados de la duración máxima de vida. Estos límites son iguales para los hombres que para las mujeres.

Viéndolo desde este punto de vista la longevidad depende de varios factores.

Factores a favor :

- Constitución sana.
- Desarrollo de la capacidad defensiva del organismo contra las infecciones.
- Buena facultad regenerativa del tejido.
- Reacción a circunstancias peligrosas.
- Autodominio en el uso de estimulantes.
- Ausencia de predisposiciones hereditarias que desencadenan una enfermedad hereditaria o disminuyen la resistencia a enfermedades.

Sin embargo, estas influencias de la herencia sobre la duración de la vida del individuo, sólo se manifestarán si el medio no le causa daños que contrarresten su longevidad. Por ejemplo, si un hombre lleva al cabo una profesión que entrañe peligro, aunque su predisposición hereditaria sea de larga duración de vida no podrá aprovechar esta predisposición, hay probabilidad de que muera antes que otros que tienen menos longevidad pero una profesión sana.

Factores en contra :

- **Son aquellos que se dan como el ejemplo anterior, una profesión peligrosa, un accidente, caer en algún vicio, una enfermedad prolongada o mortal, etc.**

1.2 ASPECTOS PSICOLÓGICOS

Cuando algunas personas se enfrentan con la vejez deben aceptar ciertos problemas: la inseguridad y la carencia. Dejar de ser independientes para poder ser ayudados. Hay viejos que prefieren estar solos en lugar de beneficiarse con recursos a los que tienen derecho. Aún cuando se les considere tontos, ellos piensan que ya no tienen valor para vivir si deben depender de otros para realizar sus actividades.

Los adultos temen a esta dependencia que ha sido adjudicada a la vejez, y es por esto que preferirían morir que llegar a ser viejos. Así se demuestra que el miedo a la vejez se manifiesta en los pensamientos, acciones y sentimientos de las personas que están lejos de ser viejos. Esto debe ser analizado desde el punto de vista psicológico y biosocial.

1.2.1 DESARROLLO AFECTIVO

La sensación de seguridad que tiene un anciano puede verse afectada de varias maneras. No es necesario que suceda algo terrible, con el simple hecho de saber que se pierde algo decisivo para la seguridad, ya es algo inquietante. Por dar un ejemplo, la persona puede estar acostumbrada a que su opinión condicione ciertas cuestiones, sin embargo puede llegar un día en que sus opiniones ya no sean de peso, esto hará que se opaque esa persona. Su sensación de seguridad va a derivar de su capacidad para controlar o influir en quienes viven a su alrededor.

Esto puede ocasionar cambios en diferentes ámbitos, pero cualquier cambio que exista en la jerarquía familiar, inclusive el mismo cambio puede despertar la inseguridad en la persona. Otro ejemplo es el de la persona que se siente segura por el apoyo y el afecto que le da un ser en particular.

Para algunas personas el sentido de seguridad es visible y palpable en el sitio en el que viven la familia, el vecindario y todos los que los rodean. Sin embargo, quizá esto no le cause satisfacción pero lo ordinario puede reforzar la seguridad. E inclusive la afirmación del propio yo también da seguridad.

La relación entre la salud y la seguridad emocional también puede ser decisiva. Las enfermedades y las limitaciones serias son consideradas como amenazas para la seguridad.

Existe la limitación del movimiento la cual suele ser desastrosa. También el hecho de irse a vivir a otro lugar no permite a la persona enfrentarse con la situación, la cual le crea una sensación de inseguridad. Esto lo puede llevar a la irracionalidad o bien a la depresión.

Algunas personas han organizado sus sensaciones de seguridad en torno al trabajo y a sus actividades. Para estas personas la falta de empleo puede significar una amenaza porque les impide expresarse a sí mismos. La persona ya no puede definirse a sí misma en términos de su ocupación. Se pone en el mismo plano el yo era, con el yo soy. Asimismo el temor de perder el trabajo alguna actividad que los defina como sí mismos, puede provocar una crisis interna. Puede también ocurrir que una persona que haya pasado de los cincuenta años está viviendo por medio de sus hijos o sus nietos, o quizá a través de sus vivencias y experiencias. Pide poco para el y su enfermedad. Economía y ciertas adversidades merman su seguridad. Sin embargo, si hay algo que le haga sentir preocupación e intranquilidad es la sensación de que cayó una desgracia sobre los jóvenes. Es fácil adjudicar esta situación de intranquilidad a la senilidad y con la misma ligereza a la vejez. Pero si conocemos a la persona y lo que es decisivo para mantener su seguridad, nos daremos cuenta que la perturbación es una respuesta natural a ciertas amenazas, y que estas amenazas sean experimentadas como reales.

Esto puede ser un caso no sólo de la vejez. Un adulto o inclusive un joven pueden llegar a sufrir un accidente o una enfermedad prolongada y depender de los demás.

"La decadencia y la desconfianza engendran en el anciano no sólo insensibilidad con respecto a los demás, sino también hostilidad. Así como la situación de la mujer la incita al resentimiento, la del anciano entraña una actitud de reivindicación" (2).

La independencia tiene muchas ventajas y presenta muchos obstáculos para llegar a ella. En ocasiones parece muy agradable dejarse llevar por la pasividad, que se preocupen por nosotros, que tomen las decisiones, que nos protejan, etc. Esta ambivalencia en el pensamiento se complica, por ciertos impulsos biológicos y culturales. Como adultos se nos exige que confiemos en nosotros mismos y que respondamos a las necesidades de dependencia de los demás, sobre todo de los niños. Esta situación se dificulta cuando una persona dependiente vive detrás de un antifaz de independencia. La sociedad espera de nosotros un comportamiento de adultos; así es como en ocasiones fingimos ser independientes y en el fondo quisiéramos ser consentidos como los niños. Esta presión es más fuerte en los hombres; se espera de ellos un comportamiento viril, sin mostrar sentimientos de duda, dolor o ternura.

Entre más queramos apegarnos y fijarnos a la independencia más nos amenazará la posibilidad de ser dependientes. Los biólogos y gerontólogos son más objetivos al señalar que no hay nada vergonzoso en la dependencia de un niño, pues necesita cuidados para asegurar su supervivencia y su desarrollo.

Un anciano no es un niño pero es natural que necesite ayuda y protección al disminuir sus capacidades físicas. No hay nada vergonzoso en ello.

El miedo a la dependencia en la vejez se ve incrementado por las depresivas actitudes sociales. La sociedad juzga y actúa y el viejo se ve afectado no sólo por la dependencia sino también por la fuerza de opinión de la sociedad.

Los ancianos de ahora crecieron en una época en que la ayuda era la principal fuente de asistencia. Todos los que lo rodeaban salían al rescate en su ayuda. Para ellos recurrir a alguna institución del gobierno puede parecerles raro e inclusive puede significar derrota o rechazo.

Un anciano puede sentir que su vida se desmorona. El sentido de desintegración surge algunas veces de conflictos internos, los cuales en ocasiones no son tan visibles y se generan depresiones que los llevan a la muerte.

La persona puede ser incapaz de expresar sus sentimientos en palabras, o la gente de su alrededor no escucharlo. El sentido de desintegración también puede verse causado por la premonición de la muerte.

"Todo el mundo lo sabe: la condición de los viejos es hoy escandalosa. La sociedad se desentiende fácilmente de ellos. De una manera general cierra los ojos a los abusos, los escándalos, los dramas que no conmueven su equilibrio; no se preocupa más de la suerte de los niños abandonados, de los jóvenes delincuentes, de los disminuidos, que de los viejos. Pero en éste último caso su indiferencia resulta aún más asombrosa: cada miembro de la colectividad debería saber que su porvenir está comprometido; y casi todos tienen relaciones individuales y estrechas con ciertos viejos" (3).

1.2.2 INHIBICIONES Y OBSTÁCULOS

El envejecimiento se acrecienta más por las relaciones con el mundo exterior. Esto puede deberse a una serie de cambios que las personas nunca han experimentado. En algunos casos puede ser el ingreso al asilo de ancianos o la posibilidad de enfrentarse a situaciones en que la sociedad discrimina a los ancianos por considerar sus ideas anticuadas o pasadas de moda.

De maneras obvias o sutiles, públicas o privadas el individuo recuerda que la vida no es como solia ser. Todo esto lo obliga a una redefinición de sí mismo. Con frecuencia ocurre que los encuentros más críticos del individuo con su vejez se dan en la intimidad de sus pensamientos y sentimientos. En estos casos se pueden entender los cambios en el comportamiento pero quizá no sabremos ni entenderemos la experiencia que los ha generado. La consciencia del envejecimiento hace perder la confianza que la persona tiene en sí mismo.

En la adolescencia se da la necesidad de afirmarse a sí mismo y curiosamente en la vejez ocurre lo mismo incluyendo la necesidad de afirmarse ante los demás, pero las circunstancias son diferentes. El anciano recurrirá a su pasado, se reafirmara con el pensamiento, recordara sus triunfos. Si este proceso tiene éxito entonces el individuo renovara la fe en su capacidad. Pero este proceso no siempre resulta tan satisfactorio como quisiéramos, pueden venir a la mente momentos de fracaso; las limitaciones pueden resaltar más fuertes que los logros.

Para el anciano como para cualquier ser humano, es difícil pensar en la posibilidad de dejar de ser útiles. Una persona de cuarenta y cinco años es considerada veterana para desarrollar cualquier tipo de deporte, más sin embargo, en el ámbito espiritual se encuentra en pleno ascenso.

También los prejuicios en contra de las personas de edad pueden hacer creer a otros que ya no tienen capacidad. Unas cuantas experiencias humillantes son suficientes para convencer a algunas personas de que ya no valen como ciudadanos y de que ni siquiera vale la pena darse ánimos con hazañas ocurridas en su pasado. Es necesario entonces educarse para la vejez y para la muerte como parte ineludible de la vida. "Enseñar a morir es posible, a través de los siguientes aprendizajes: llegar a tener una idea clara y firme del sentido del dolor y de la alegría, el sufrimiento y la esperanza, son perfectamente compatibles en la persona humana y concebir la enfermedad, el dolor y el fin de la existencia como instrumentos de perfección"(4).

Haciendo consciencia de los años que pasan y que representan en cierta medida inhibiciones y obstáculos, los pensamientos, sentimientos y acciones sexuales de una persona deben ser

entendidos desde una perspectiva más amplia que la de los jóvenes. No es exagerado buscar desde la cuna la que son las raíces de lo que serán las relaciones amorosas. Un bebe recibe afecto y atenciones desde que ingresa a la familia, tiene grandes oportunidades de relacionarse y compartir el afecto con otras personas. El niño que no tiene afecto puede enfrentar, en el futuro, un reto más difícil.

Cada anciano tiene su propia vida. Para los viejos bien puede haber nuevas alegrías y tristezas por venir. Pero éstas se relacionan con su vida y no sólo con su condición de viejos.

El anciano que da y recibe afecto y cuya inseguridad emocional lo lleva constantemente a exigir seguridad, puede ser que haya delineado sus caracteres en la vejez.

1.2.3 PERSONALIDAD Y EDAD

El anciano es como cualquier ser humano, en gran parte responsable del lugar que ocupa en la sociedad. La forma de vida que haya llevado, las amistades que haya entablado, el trabajo que haya desarrollado, etc. Éstas y otras circunstancias son las que han delineado su forma de ser las que condicionaron su pasado y definen su futuro, y esto es lo que lo hace diferente. En este caso lo que para una persona puede significar rechazo, para otra puede ser una oportunidad para evitar responsabilidades. Como afirmó el estilo de vida de algunas personas puede conservarlos unidos a la sociedad mientras que a otros puede llevarlos a una rápida separación.

"La realidad de las diferencias individuales ha sido ilustrado por un estudio del envejecimiento y la personalidad conducido por Suzanne Reichard, Florine Fivson y Paul Peterson. Estos investigadores encontraron cinco tipos de personalidad entre los hombres de su estudio. De estos cinco, tres tipos de hombres se adaptaron bien al sitio que ocupan en la sociedad al ir envejeciendo, mientras que los otros dos no.

El primer tipo de personalidad es aquel que toma en cuenta que el hecho de hacerse viejo le permite retirarse de todo aquello por lo que no sentían gran interés. Lo que ganaban con esto les parecía un gran premio por lo que podían llegar a perder. Este es el tipo de personas conformistas.

El segundo tipo de personalidad son los llamados hombres de armadura. Estas personas temían el hecho de volverse pasivos, dependientes e indefensos, entonces se prepararon para salir adelante tanto biológica como sociológicamente. Mantuvieron su estilo de vida física y socialmente activa sin renunciar al lugar que ocupan en la sociedad.

El tercer tipo de personalidad vista con mayor frecuencia entre las personas mayores bien adaptadas es la que los investigadores llaman personalidad madura(*). Estas personas aceptan su vejez en sí mismos y con respecto a la sociedad. No se amargaron al verse envejecer, esperaban la vejez. Tenían confianza en sí mismos, en sus relaciones personales y en sus actividades favoritas.

El cuarto tipo de personalidad es el irascible que mostraban una gran inadaptación al envejecimiento, se sentían aplastados por la sociedad. Culpaban a la sociedad de sus desdichas. En pocas palabras se rehusaban a ser viejos.

El último tipo de personalidad que encontraron es en el cual los ancianos se desprecian a sí mismos. Estos son hombres deprimidos”(5).

Estos tipos de personalidad plantean de manera clara y concisa como se asimila la vejez según el estilo de vida que se lleve. Es por esto que “El hombre maduro es capaz de explicarse y comprender la conducta de la juventud, no así el anciano, a cuyo espíritu conservador por necesidad biológica y de criterios esclerosados por los años, le resulta harto difícil la comprensión simpática de las actitudes de las generaciones jóvenes; las cuales, por su parte, con la intolerancia característica de esa etapa de la vida lo menosprecian por “atrasado” o “retrograda” (6).

1.2.4 FUNCIONAMIENTO MENTAL.

Según los métodos más comunes para valorar el funcionamiento intelectual, una persona llega a su máximo desarrollo mental en la adolescencia o al iniciar sus veinte años. Así comienza una competencia intelectual que después de un tiempo empieza a declinar. Esta teoría ha demostrado ser muy simple, el uso de técnicas complicadas muestra que los patrones de funcionamiento mental desde la niñez hasta la vejez, son más complejos e interesantes.

Primero debe tomarse en cuenta la naturaleza multidimensional de la inteligencia. Esto quiere decir que cada persona resulta ser más lista en algunos aspectos que en otros. El funcionamiento intelectual puede cambiar desde la niñez hasta la vejez.

“El envejecimiento en ocasiones puede mejorar algunos aspectos del funcionamiento mental en lugar de decaer. Sabrá más temas y se le facilitara el uso de algunos talentos que ha desarrollado a través de los años. Esto es lo que se conoce como inteligencia cristalizada la cual se refleja en lo aprendido por la experiencia. Existe otro tipo de inteligencia llamada inteligencia fluida. Se diferencia de la cristalizada en el reto de la tarea inmediata. El conocimiento almacenado del individuo no resulta suficiente para dominar la situación que se presenta, necesita imaginar las cosas, resolver el problema en sus términos en lugar de sacar la respuesta correcta de sus conocimientos. La gran mayoría de la gente presenta una pérdida de inteligencia fluida a partir de la segunda mitad de su vida. Esta inteligencia alcanza un punto máximo en la adolescencia para después decaer en forma alarmante”(7).

Si quisiéramos calificar de vieja a una persona tan pronto como empezara a declinar en su capacidad de aprender, tendríamos entonces que acecharla en cada lugar a donde concurre.

Si fijáramos nuestra atención en la inteligencia cristalizada no podríamos limitarla ni siquiera a los sesenta años de edad. Todo el mundo mantiene su capacidad de aprender a lo largo de la vida. No

hay edad en la cual se pierda esta capacidad, aunque debido a las enfermedades y diversos factores, a los ancianos les es más difícil aprender, y si algún anciano ya sea hombre o mujer no ha captado algo no se debe a que no haya aprendido, sino a que prefiere no cometer algún error. Muchas circunstancias pueden privar a los viejos de las oportunidades de hacer suya la información para aprender como para tomar decisiones.

Una persona aislada puede estar tan preocupada que no se interese por lo que sucede a su alrededor.

Aún cuando hay ciertas limitaciones en la capacidad para aprender relacionadas con la edad es probable que los ancianos aprendan más de lo que se cree. También conservan más potencialidad para realizar un nuevo aprendizaje, para poderlo aplicar a situaciones en las que se encuentren.

1.3 ASPECTOS SOCIALES

Un hombre puede regresar al pasado cuando el presente y el futuro lo decepcionan o lo hartan. Se apoya en sus recuerdos y los convierte en su defensa e inclusive en un medio de agresión. Esto demuestra que no está satisfecho con lo que vive.

El pasado nos tiene atrapados en él y lo conocemos por lo que ha ahecho de nosotros. El hombre viejo toma conciencia de su destino cuando se da cuenta que los años que le quedan por vivir son limitados. Cuando se tienen sesenta y cinco años, un año parece un tiempo demasiado corto pues no corre de la misma manera que si se tienen ocho años, y a medida que uno envejece esto se precipita.

1.3.1 CONCEPCIÓN DEL TIEMPO EN LOS ANCIANOS

El viejo vive a través de su pasado. Éste es que el que define su actitud, por medio del cual se proyecta y el cual se debe superar para existir. No se puede vivir sólo en el pasado, aunque haya sido más reconfortante. Aunque es cierto que del pasado se toman los instrumentos culturales de los que nos servimos, nuestro saber, nuestras ignorancias, nuestras relaciones, nuestras ocupaciones y nuestras obligaciones y si en la vejez insistimos en regresar siempre al pasado, la sociedad también nos relegará a un pasado superado en lugar de asegurarle un porvenir.

En estos tiempos en que todo va de prisa y que la historia ha cambiado tan rápidamente, se ha transformado la relación del viejo con sus actividades. Antes los viejos podían ser considerados como afortunados, pues tenían el mayor tesoro que era su experiencia, sin embargo, ahora la única experiencia que pertenece a los viejos es la de la vejez misma.

Hay que haber vivido mucho tiempo para hacerse una idea de lo que es el hombre, para tener una visión de cómo pasan las cosas y es en ese momento cuando se es capaz de prever el presente y por eso en el curso de la historia se han confiado altas responsabilidades a hombres de edad. Debido a la situación que vive el anciano tiene una expresión muy singular : EN MIS TIEMPOS. Y el único tiempo que el hombre considera suyo es en el cual realiza sus acciones, en el cual se le considera útil y parte de un núcleo activo. En el cual lleva a cabo un sinnúmero de actividades y se considera parte de ellas.

El hombre viejo se considera inactivo e improductivo por esa razón vuelve al pasado el cual lo siente de él, le pertenece y en el que se siente con pleno derecho. Hay quienes están contentos pero sólo en la medida en al que no se inmiscuyen con su pasado. Si se pone en tela de juicio lo que hicieron, se sienten exiliados. Es aquí cuando entra la expresión : EN TUS TIEMPOS.

Para el viejo parte de su tiempo debe ser encaminado a la educación para la muerte. Es un tema difícil pues es difícil de expresarse de ella con naturalidad. Sin embargo, forma parte del proceso natural de la vida. Esto depende del medio social en le cual se desenvuelva el anciano y determine su relación con la muerte. En algunas sociedades la gente se deja morir porque ya no son considerados útiles. En este caso la muerte no plantea ningún problema a nadie. En otras se le da tanto valor que inclusive se hace deseable.

Retomando la relación del tiempo con la actividad de los ancianos, se puede decir que en ocasiones el comportamiento del anciano no lleva ninguna intención, actúa así sin saber qué hace. Esto encuentra explicación en la declinación psíquica tan característica de la vejez. El viejo se vuelve al pasado, no tiene poder sobre el futuro y es víctima de las preocupaciones del presente.

Recuerda lo mismo, está condenado a estancarse por el debilitamiento de su memoria y por su capacidad para adquirir algo nuevo.

1.4 EDUCACIÓN DEL VIEJO

Para hablar sobre la educación en la vejez, es necesario hablar primero sobre la educación como concepto. Educar es perfeccionarse y todos somos sujetos de perfeccionamiento a cualquier edad y en cualquier momento, sólo es necesario querer llevarlo al cabo. Si una persona senecta tiene la intención de perfeccionarse y lo ha hecho durante toda su vida, ésta no implicará un trabajo extra o una carga, la persona está acostumbrada y lo hará sin pensarlo como rutina. Educarse es seguir creciendo en el transcurso de los años y ésta no debe detenerse.

1.4.1 CARACTERÍSTICAS DE LA VEJEZ

El hombre se distingue del animal en todos los sentidos. Es como el una creación de la naturaleza pero lo que lo distingue son sus facultades mentales y se adapta a las necesidades que le exige el medio, aunque desde que nace es un ser indefenso, inseguro y totalmente dependiente. Los animales disponen de varios medios para ayudarse en la lucha por la existencia, pero a pesar de todo no es comparable con la existencia humana. Sólo el hombre con su técnica inventiva sale del dominio de la especie y compensa de ese modo su deficiencia biológica. El hombre fue creado pero también crea y esto es lo que lo eleva a un plano distinto del animal.

El hombre debe seguir creciendo y ser cada vez mejor, debe hacer uso de sus facultades para crearse una misión en la vida. Para lograr esto se necesita tiempo y una larga vida y es precisamente aquí donde radica la importancia de la vejez y cada una de sus características.

Como definir a la vejez no es tarea fácil y con base en ello han surgido varias definiciones basadas en investigaciones gerontológicas. Por ejemplo : Desde el día que nacemos nuestra vida está señalada por nuestra edad cronológica. Sabemos bien que esto no es cierto y no existe un

parámetro para decir que la edad adecuada para la jubilación son los sesenta y cinco años. Se puede seguir siendo productivo a esta edad e inclusive más grande. Se supone que el paso del tiempo medido por el calendario es un indicador confiable de los cambios que ocurren en nuestra mente, en nuestro cuerpo, en nuestras facultades y en nuestras limitaciones, pero esto es de sobra falso.

Existen varias razones que caracterizan a la vejez y que determinan porque resulta insatisfactorio vincular la edad cronológica con la jubilación obligatoria :

- 1) En una persona en particular, la proporción de cambios relacionados con la edad puede variar mucho. La inteligencia y la memoria en una persona puede mostrar un patrón y una velocidad de cambio muy complejos, más que una decadencia generalizada.
- 2) Existen diferencias notorias entre los individuos tanto en la rapidez de cambios relacionados con la edad, así como la diferencia en la rapidez del paso de la infancia a la madurez.
- 3) No existe un deterioro brusco en el funcionamiento físico o psicológico alrededor de la edad. No hay razón alguna que obligue a señalar a esta edad como la apta para el retiro.
- 4) Es cierto que conforme se avanza en edad, los movimientos de algunas partes del cuerpo se vuelven lentos e incluso torpes. Pero esto se compensa con su experiencia para guiar su percepción.

Está garantizado que el prejuicio de la vejez constituye un estado miserable y despreciable que nos envenena a lo largo de nuestra vida. Necesitamos tener una visión más positiva del envejecimiento y la vejez sino queremos vivir bajo la sombra del miedo y la depresión durante muchos años. Que importancia tiene ser viejo vuela en nuestro derredor.

Para los niños encontrarse en compañía de un viejo, es encontrarse en presencia de la realidad, y los niños representan para el anciano la renovación y la continuación de valores que son muy preciados para el anciano.

Una de las características más bonitas en los viejos es su capacidad para transmitir afecto y una sensación de alegría por la vida sin tener que buscar razones para ello.

1.4.1 QUE ES EDUCACIÓN

Podemos basarnos en varios autores para definir la educación. Sin embargo, el concepto de educación que más se acerca a nuestros propósitos es el dado a conocer por Víctor García Hoz : “ La Educación es el perfeccionamiento intencional de las potencias específicamente humanas”(10). La educación es el perfeccionamiento de las facultades humanas porque el hombre actúa en ellas de una manera inmediata.

La educación es una forma de vida. Empieza desde el nacimiento y sólo puede acabar con la muerte, porque el hombre en todas las etapas de su vida es sujeto de educación y de perfeccionamiento.

1.4.2 EDUCACIÓN EN LA VEJEZ

La educación es un proceso que implica intención y que únicamente se puede adjudicar a los seres humanos. Sin embargo, este proceso no plantea límites en cuanto a conocimientos ni en cuanto a tiempo, es permanente, desde que se nace hasta que se muere.

El ser humano tiene un proceso de vida en el cual en cada una de sus etapas puede educarse y formarse. En la niñez empieza este proceso, en la adultez tenemos la opción de discriminar qué queremos saber y qué nos interesa, pero en la vejez se vuelve a ser tan receptivo como los niños.

Se quiere saber todo, se analiza todo conforme a la experiencia que se tiene. Educarse en la vejez es un proceso que debe seguir enriqueciendo al ser humano y hacerlo crecer.

Una de las barreras de la educación en la vejez es la presión de la opinión. La persona se atiene al ideal que le es propuesto. Tiene miedo al escándalo o al ridículo y se vuelve esclavo del que dirán. Otra de las barreras es caer en la acción contraria." El egoísmo, la dedicación exclusiva a la propia persona es el mayor peligro que amenaza a la edad avanzada..." (11).

Para que la vejez no sea una parodia de nuestra vida pasada hay una solución y es proponer metas y fines que den sentido a la vida. Por ejemplo : trabajo social, actividades creativas. " Lo deseable es conservar a una edad avanzada pasiones lo bastante fuertes como para que nos eviten volvernos sobre nosotros mismos"(12). Y esta posición es la que nos interesa resaltar en nuestro trabajo de investigación : la productividad del viejo en un asilo de ancianos.

CITAS Y NOTAS DEL PRIMER CAPÍTULO

- (1) DE BEAUVOIR, Simone, La Vejez, p 23
- (2) ibidem, p. 571
- (3) ibidem, p. 259
- (4) VILLALOBOS, Elvia Marveya, La Familia como Agente Educador, p. 156
- (5) apud, KASTENBAUM, Robert., Años de Plenitud, p. 64
- * Vale la pena aclarar que así se denomina a este tipo de personalidad y no por eso se encasilla la madurez única y exclusivamente para la vejez.
- (6) NODARSE, José., Elementos de Sociología, p. 319
- (7) KASTENBAUM, R., op.cit., p. 31
- (8) DE BEAUVOIR, S., op.cit., p. 442
- (9) ibidem, p. 591
- (10) GARCIA HOZ, Victor., Principios de Pedagogía Sistemática, p. 25
- (11) DE BEAUVOIR, S., op.cit., p. 646.
- (12) idem.

CAPÍTULO II : PROCESO DE ADAPTACIÓN DEL VIEJO A SU NUEVA VIDA

Para comprender el sentido y necesidad biológica del envejecimiento y de la muerte basta reflexionar acerca de las consecuencias que ocurrirían si estas no existieran. Si todos los descendientes de una pareja vivieran durante más de tres generaciones, al cabo de mil años los descendientes no tendrían literalmente donde estar en la tierra.

La muerte forma parte del programa vital del individuo, puesto que éste puede reproducirse e inversamente la reproducción obliga a la muerte porque sobre la tierra pueden existir un solo número de individuos. Por lo anterior la vida y la muerte viven unidas y no pueden separarse.

II.1 SENTIDO DE LA VEJEZ

Innumerables organismos mueren mucho antes de alcanzar su límite de edad natural todos tienen que morir. "La idea de la muerte puede tener un sentido constructivo para el hombre, porque lo obliga a definir y a renovar ese proyecto; a pedirse cuenta de todos y cada uno de sus propios actos"(13).

Basándonos en lo anterior es un privilegio llegar a la vejez, porque ésta nos da la oportunidad de vivir más, conocer más y aportar más. Entonces la vejez como tal tiene grandes deberes, aunque sin duda llega un momento en que no podemos contar con la vejez de la misma manera como lo hacíamos cuando eran jóvenes. Su capacidad física e inclusive intelectual amenazan al mismo riesgo del cual están a salvo normalmente los decenios de vida anteriores.

II.1.1 SENTIDO Y RAZÓN DE SER DE LA VEJEZ

En los años de madurez no está en peligro la capacidad intelectual pues puede compensarse cualquier deficiencia funcional. Es cierto que el hombre piensa más lentamente pero con mayor detenimiento.

La vejez se caracteriza psicológicamente porque ciertas mermas en el campo psíquico ya no son reparables. Así se presenta una fase con signos de dificultad mayor en la capacidad de rendimiento intelectual. Este grado de impedimento difiere mucho según los individuos, lo mismo que el momento de la primera aparición de los fenómenos de decadencia correspondientes. Además debe recordarse que un cerebro funciona mejor y se conserva más tiempo al nivel de su capacidad de rendimiento cuanto más intensa sea su actividad. El jubilado va a envejecer espiritualmente antes que un hombre que siga trabajando.

En el aspecto psíquico aún no tienen cambios considerables, por lo que para juzgar la capacidad del rendimiento intelectual en la vejez muestra diferencias no poco considerables.

Se pueden dar ciertos rasgos del curso de las alteraciones psíquicas espirituales de la vejez. Estos procesos pueden tener dos formas: o se desarrollan nuevas cualidades o se suspende el desarrollo y sólo se puede registrar una reparación y destrucción del potencial espiritual que existía antes. En el primer caso puede llegarse a rendimientos extraordinarios. Su contrapartida es un descenso por debajo de la norma que puede llegar desde decadencia psíquica inofensiva hasta demencia senil.

Tomando en cuenta como regla general que las cualidades y singularidades desarrolladas durante la vida sobresalen claramente en el viejo, el hombre viejo se encuentra cada vez más ante sí mismo cuando mueren sus contemporáneos. Lo amenaza la soledad interior y exterior.

Es aquí donde se decide su destino psíquico-espiritual. Muchos hombres advierten como primer proceso de decadencia psíquica la pérdida de su memoria. Este fenómeno comienza con el olvido de nombres de conocidos y parientes a quienes no ve muy seguido, pero si los encuentra en la calle se acuerda de sus nombres.

La debilitación general de los componentes sentimentales unida al decrecimiento de la facultad de recordar, favorecen también el olvido de las personas cuya importancia ya no es de actualidad para el viejo. En general se puede ver que en los viejos la memoria para los acontecimientos lingüísticos aprendidos en la juventud, etc., es esencialmente mejor que para las nuevas adquisiciones intelectuales.

Otro proceso se presenta cuando menos satisfactoria es la situación interna y externa del viejo o de la vieja, tanto mayor es la tendencia a la compensación y con tanta mayor frecuencia e intensidad trataran de revivir ante nuestros ojos, al menos con palabras, sus fuerzas o su rendimiento en días lejanos.

Se puede decir que en el hombre corporal y espiritualmente, la vejez puede transcurrir también de modo armónico. Es cierto que muchos traen consigo muchas variaciones en el campo psíquico-espiritual y por ello deficiencias en el poder de razonamiento, la memoria y la facilidad de comprensión en general, pero estas deficiencias pueden compensarse ampliamente por la madurez de la personalidad total. Si el viejo presenta un comportamiento negativo se debe a fenómenos patológicos. El cerebro puede conservar su capacidad, pero es evidente que siendo un órgano tan sensible es más delicado en la edad avanzada que antes.

Por lo dicho anteriormente se debe conseguir que la vida para los viejos sea un don y no una carga. Para eso se debe seguir trabajando y encontrar medios para actualizarse y mantenerse en actividad.

II.1.2 JUVENTUD Y VEJEZ

Si se traza una curva del envejecimiento fisiológico de uno o de muchos hombres y a su lado la del curso de la madurez intelectual y psíquica, se ve claramente que ambas curvas tienen aspecto completamente distinto. La primera curva muestra ya hacia los treinta y cinco años, y en algunos hombres incluso hacia los veinte, el punto máximo desde el cual desciende lentamente, pero de manera inequívoca. En algunos trabajos corporales sólo se mantiene el rendimiento máximo durante un par de años. Sin embargo, puede pasar mucho tiempo hasta que se alcance el rendimiento máximo en el campo espiritual de cualquier índole. Es en este caso en el cual la curva sigue subiendo durante decenios y en una gran serie de rendimientos intelectuales valiosos alrededor de los sesenta años y aún más. Es en este aspecto que las diferencias individuales son mayores y sólo algunos valores pueden dar visión de conjunto. La divergencia de estas curvas puede comprobarse en todos los hombres.

Hubo épocas en que el hombre no conocía ciertas reglas de higiene ni de salud, se alimentaba mal y no practicaba deporte y a consecuencia de esto a los cuarenta y cinco años ya parecían viejos, espiritualmente por lo menos. Si se quisiera pensar ahora en esa posibilidad nos encontraríamos con que la mayoría de las capacidades científicas tendrían que desaparecer, los estudiantes carecerían de maestros más calificados y quedarían sin hacer trabajos de investigación importantes.

Para dar un ejemplo, podemos citar a un gran investigador, Pasteur quien a los cuarenta y seis años realizó sus trabajos acerca de la fermentación alcohólica. Con cincuenta y cuatro años cumplidos publicó sus trabajos acerca de la descomposición química de la cerveza creando así las bases para el método de conservación de los líquidos por calentamiento conocido como pasteurización. A los cincuenta y cinco años publicó su trabajo sobre el bacilo del Antrax, y a los cincuenta y ocho años realizó el trabajo fundamental acerca del empleo de cultivo de agentes patógenos debilitados para combatir infecciones. A los sesenta y seis logró crear las premisas para

II.1.2 JUVENTUD Y VEJEZ

Si se traza una curva del envejecimiento fisiológico de uno o de muchos hombres y a su lado la del curso de la madurez intelectual y psíquica, se ve claramente que ambas curvas tienen aspecto completamente distinto. La primera curva muestra ya hacia los treinta y cinco años, y en algunos hombres incluso hacia los veinte, el punto máximo desde el cual desciende lentamente, pero de manera inequívoca. En algunos trabajos corporales sólo se mantiene el rendimiento máximo durante un par de años. Sin embargo, puede pasar mucho tiempo hasta que se alcance el rendimiento máximo en el campo espiritual de cualquier índole. Es en este caso en el cual la curva sigue subiendo durante decenios y en una gran serie de rendimientos intelectuales valiosos alrededor de los sesenta años y aún más. Es en este aspecto que las diferencias individuales son mayores y sólo algunos valores pueden dar visión de conjunto. La divergencia de estas curvas puede comprobarse en todos los hombres.

Hubo épocas en que el hombre no conocía ciertas reglas de higiene ni de salud, se alimentaba mal y no practicaba deporte y a consecuencia de esto a los cuarenta y cinco años ya parecían viejos, espiritualmente por lo menos. Si se quisiera pensar ahora en esa posibilidad nos encontraríamos con que la mayoría de las capacidades científicas tendrían que desaparecer, los estudiantes carecerían de maestros más calificados y quedarían sin hacer trabajos de investigación importantes.

Para dar un ejemplo, podemos citar a un gran investigador, Pasteur quien a los cuarenta y seis años realizó sus trabajos acerca de la fermentación alcohólica. Con cincuenta y cuatro años cumplidos publicó sus trabajos acerca de la descomposición química de la cerveza creando así las bases para el método de conservación de los líquidos por calentamiento conocido como pasteurización. A los cincuenta y cinco años publicó su trabajo sobre el bacilo del Antrax, y a los cincuenta y ocho años realizó el trabajo fundamental acerca del empleo de cultivo de agentes patógenos debilitados para combatir infecciones. A los sesenta y seis logró crear las premisas para

la fundación del Instituto Pasteur. Esto comprueba que la investigación no puede verse opacada después de los cincuenta años de edad.

En ciertos campos de la vida humana se necesita tener una idea genial pero además también darle forma y elaborarla. Para esto se necesita tiempo y la experiencia que sólo dan los años. Sin embargo, hay ciertos trabajos como aquellos que requieren de habilidad manual o de fuerza corporal, en los cuales los jóvenes se desarrollan mejor debido a su buena condición física, sus músculos rápidos y su buena vista. Pero entre más complicado sea el trabajo en el lugar que sea, tanto más subirá el valor social del trabajador viejo.

En las fuerzas calificadas como los maestros y especialistas de toda clase, y al igual que los investigadores, médicos y artistas, la única ley válida es la de las curvas divergentes de las actividades corporales y espirituales de cualquier índole.

El trabajador manual viejo puede realizar un trabajo de calidad más valiosa que el del obrero joven, porque sus facultades intelectuales son mayores. Su ritmo de trabajo es lento pero a la larga será más benéfico pues habrá menos que desechar. Además aumenta el sentido de responsabilidad. Existe aún la idea de contratar obreros jóvenes que son más barato que un viejo al que hay que pagar más. Con esto sólo se perjudica tanto al empresario como a la empresa al no contratar gente experimentada y digna de confianza.

Se ha comprobado que si se permite trabajar a gente de edad la economía del pueblo encontrará ganancias y con ello una elevación considerable del producto social. Además en la gran mayoría de los casos resultan también efectos positivos en el estado corporal y psíquico de los hombres que siguen trabajando ya pasado el límite de pensión o jubilación.

Es también lógico pensar que los hombres muy avanzados de edad, sólo pueden llevar al cabo trabajos corporales muy ligeros pues su organismo ya no responde a duros esfuerzos. En el trabajo

corporal duro sólo se alcanza el máximo rendimiento hacia la mitad o el final de la cuarta década y este rendimiento puede continuar largo tiempo siendo mejor que en el obrero joven.

Cuanto más calificado sea el trabajo, cuanto mayores serán la comprensión, experiencia y hábitos tanto más favorablemente saldrá el obrero viejo de la comparación con el obrero joven. A pesar de la progresión con la edad, de los días de trabajo perdidos por caso de enfermedad en los asegurados viejos, la pérdida de trabajo total por año no es mucho más alta en estos obreros que en los jóvenes.

En el hombre el desarrollo del cerebro necesita muchos años para llegar a la plena madurez, que sólo alcanza en una etapa en la cual ya todos los demás órganos están en el período de regresión ; aún en la ancianidad el cerebro puede dar máximo rendimiento.

Correspondiente a esta doble naturaleza del hombre biológica-psíquica, que su vida este dividida en dos fases de las cuales la primera está determinada más biológicamente y la segunda más espiritualmente. En todas las etapas de la vida se realizan procesos psíquicos y físicos de manera ininterrumpida, pero los campos de acción de ambas etapas de la vida difieren mucho.

El hombre está constituido de tal modo que en la juventud y hasta el comienzo de la decadencia física, tiene que cumplir el deber que biológicamente le corresponde. En esta etapa se prepara espiritualmente para la segunda, que físicamente representa la decadencia pero que psíquicamente es la fase de la madurez y plenitud. Esta fase es superior en el sentido humano.

En la mujer este corte entre una etapa y la otra representa la interrupción de su función reproductora al igual que en el hombre se presenta el climaterio. Esto presenta sobre todo en la mujer ciertas perturbaciones acompañadas de cuestiones físicas. Sin embargo es una ventaja que la naturaleza ha puesto a disposición de la mujer para evitar muertes en el alumbramiento y complicaciones con la descendencia. No es la terminación de un ciclo, sino la transición de la primera etapa biológica a la segunda espiritual.

Otro problema que hay que ver es que no todos los hombres están por sus condiciones en situación de utilizar plenamente las posibles oportunidades de la segunda etapa de la vida.

Algunos hombres son psíquicamente ágiles toda su vida hasta avanzada edad, otros en la juventud no sólo son muy dinámicos físicamente sino también intelectualmente, pero se embotan más tarde aún antes de llegar a la edad de la decadencia propiamente dicha, y pierden interés por los esfuerzos intelectuales. Es frecuente que estos hombres inicien durante la pubertad en cierto modo un vuelo intelectual de altura, pero este no puede sobrevivir a la edad de desarrollo. Por estas razones la juventud y la vejez están estrechamente vinculadas.

II.1.3 PREPARACIÓN PARA LA VEJEZ

Para alcanzar la vejez avanzada se debe llevar una vida activa sin demasiada prisa ni precipitaciones, con un régimen alimenticio moderado, sueño suficiente, sin abusar de tóxicos, estimulantes ni medicamentos, buenas relaciones en el medio y satisfacción en la profesión. En estas condiciones la existencia puede ser bella y merece ser vivida hasta en la edad más avanzada. Además debe conservarse la salud espiritual del hombre que envejece.

Para prepararse para la vejez es necesario tomar en cuenta varios aspectos :

- Evitar enfermedades : Aquel que rara vez haya estado enfermo en su vida no tendrá en la vejez que permanecer en la cama.
- Buena hábitos alimenticios : Comer moderadamente pero dedicando el tiempo suficiente a esta importante actividad.
- Llevar una vida familiar de armonía y llena de felicidad.
- Un factor importante es la herencia de familiares longevos, así los descendientes serán longevos de igual manera.

- Si se fuma o bebe que sea con moderación. Aunque este dato no es totalmente objetivo, pueden existir ciertas excepciones.
- Practicar algún deporte o en su defecto algún tipo de ejercicio corporal como carreras de patines, excursiones en bicicleta, etc.
- Buen sueño y de suficiente duración. Compensar las horas que no fueron descansadas de otra manera, por ejemplo : ver una película, leer un libro, etc.

En la mujer la preparación para la vejez es un proceso difícil de llevarse al cabo pues interviene el orgullo, la coquetería, etc. Sin embargo, se pueden distinguir mujeres mayores que se siguen apoyando en encantos pueriles y la mujer desarrolla nuevos y más profundos atributos personales que la hacen en la vejez tener una personalidad más impresionante y poderosa que antes. El hecho de que mujeres jóvenes participen de la vida activa socialmente les augura un mejor lugar en la vejez que el de sus madres que tenían un campo más reducido. "Es importante mostrar la meta a la cual se pretende llegar, esto es, lo que se quiere alcanzar, lo que se desea hacer, cuando se le exige a alguien un esfuerzo"(14).

Si se les da la oportunidad, las personas tendrán sus propios sitios en la sociedad al hacerse viejos. La variedad y experiencia individual que los hombres y las mujeres introducen a la vejez, constituye un rico recurso que la sociedad ignora para su desventaja. "Encontrar el sentido de la muerte para el adulto implica hallar el sentido de su vida y por lo tanto el sentido de su vejez"(15).

Los viejos han hecho un lugar en la sociedad y no deben dudar en pedirlo.

11.2 ESPIRITUALIDAD DE LA VEJEZ

Hasta los sesenta años la curva de la capacidad de rendimiento intelectual puede subir, pero entre los sesenta y los setenta años se encuentra para muchos hombres el momento en que ellos mismos o quienes los rodean observan los primeros signos de una declinación psicológica.

La memoria y el poder de concentración se debilitan, se hace más difícil la asimilación de ideas y puntos de vista nuevos por completo porque ha disminuido la elasticidad intelectual. Es la prueba más difícil para el hombre y muchos no la resisten.

II.2.1 ESPIRITUALIDAD DEL HOMBRE VIEJO

Cerca de los sesenta y cinco años las curvas del rendimiento fisiológico y espiritual se separan, la primera hacia abajo y la segunda hacia arriba. "En la vejez las funciones que no se ejercen se degradan y de tanto hacerse el inválido termina siéndolo. Es una reacción difundida pues muchos viejos son, con justo motivo, rencorosos, reivindicativos, desesperados. Se vengan de los demás exagerando su impotencia"(16).

Asimismo en la vejez se puede caer en lo que respecta a la petrificación del ego. Muchos viejos se han vuelto viejos más no se han vuelto sabios. Son egoístas, pierden de día en día el interés por el mundo que los rodea, inclusive por su propia familia, a lo que exigen una paciencia que ellos mismos no practican. La dedicación exclusiva a la propia persona es el mayor peligro que amenaza a la edad avanzada.

La idea de sabio va de manera inseparable con los cabellos blancos y con los rasgos de la vejez. Esta representa el tipo de hombre viejo merecedor de respeto que ha aceptado con resignación la decadencia de las fuerzas corporales y posee la verdadera sabiduría que representa hoy como antaño, la forma más accesible sólo a la vejez, en la que pueden hacerse realidad el espíritu y la esencia del hombre.

II.2.2 LOS VIEJOS COMO UN PROBLEMA DE MINORÍA

La mayoría de nosotros se siente impotente y acongojado en presencia de un individuo que ha perdido mucho de lo que, en nuestra opinión, forma parte de la integridad de una persona. Es difícil encontrar que una persona a la que hemos amado y respetado no nos reconozca o nos ignore, verla llorar de rabia por razones que se nos escapan. El miedo a la senilidad es algo muy real, al ser una situación que puede dañar profundamente al anciano y afligir a su familia, a sus amigos y a aquello que ven por él. "Una de las cosas que más contribuye a hacer infeliz la vida del viejo es el sentimiento de su inferioridad física y la dependencia en que esta condición lo coloca, respecto a los miembros de su familia y de los demás de la comunidad en que vive. Tal situación no es imposible de responder y debe ser resuelta en interés no sólo del anciano sino de jóvenes y adultos, pues la senectud es una melancólica perspectiva para todo el mundo" (17).

La palabra senil es utilizada por los médicos y los gerontólogos en relación con un conjunto de enfermedades o desordenes cerebrales auténticos.

¿Cuáles son las características que debería reunir un anciano para ser considerado senil?, entre las más obvias son las que se relacionan con el pensamiento. Por ejemplo: la persistencia la cual está relacionada con otros problemas cognoscitivos.

La persona senil piensa en concreto: Pierde las relaciones e implicaciones que dan un significado más rico a la experiencia y ayudan a resolver los problemas. Sin embargo, a pesar de la deficiencia señalada en el pensamiento abstracto, una persona puede ser todavía exacta y cuerda, aunque sólo sea capaz de entender una sola cuestión a la vez.

La senilidad incluye ciertas dificultades con la memoria. El anciano ni siquiera recuerda lo que pasó ayer. Esta pérdida de memoria es más radical en la senilidad.

Otro problema más importante es la falta de atención. Las personas seniles tienden a no prestar atención. La concentración necesaria para registrar experiencias parece no ser confiable. Puede no acordarse de lo que se dijo, ya sea porque no pudo o no prestó la atención necesaria para que la información se fijara en su mente. Es por estas razones que a la persona senil con frecuencia le sea difícil realizar tareas aún las más rutinarias y enfrentarse a los retos de la vida y mucho más a las situaciones que producen ansiedad.

La senilidad se puede presentar en el pensamiento y en el comportamiento. El senil puede evitar relacionarse con los demás, no conservarse aseado y arreglado, sufrir accidentes que vayan relacionados con el olvido, etc. Todo esto se debe a que su mundo mental se ha vuelto en cierto sentido más estrecho.

II.2.3 DISCRIMINACIÓN BASADA EN LA EDAD

Cuando hacemos referencia a la discriminación nos viene a la mente el color de la piel, la creencia que se profesa, la diferencia de sexos, pero con respecto a la edad se puede aludir también como una especie de discriminación.

La edad tiene gran fuerza en nuestras vidas, por ejemplo por conveniencia. Para escoger una persona que trabaje con nosotros la seleccionamos o eliminamos según la edad cronológica. Además la época que vivimos se enfoca a los números y al tiempo. La historia son fechas. Sin embargo, la edad puede ser usada para causas más profundas, por ejemplo: la edad de la jubilación se ha vuelto una cuestión tan universal que el patrón no tiene necesidad de pensar en la persona jubilada en particular. "Muy lejos de ofrecer al anciano un recurso contra su destino biológico asegurándole un porvenir póstumo, la sociedad de hoy lo relega, en vida, a un pasado superado. La aceleración de la historia ha trastornado profundamente la relación del hombre de

edad con sus actividades. En otro tiempo se imaginaba que con el curso de los años en él se acumulaba un tesoro : la experiencia" (18).

Dar prioridad a los viejos puede significar una ventaja para el patrón, pero esto no hace referencia a la capacidad real de las personas, y además siempre hay trabajos apropiados para los viejos.

La edad cronológica también viene de preocupaciones sociales e individuales. Nos da miedo competir con los mayores porque los creemos más capaces.

La distribución de los recursos también se basa en la edad. En algunas sociedades son los jóvenes y en otras altamente industrializadas son los viejos. Por eso no debe privarse a las personas de edad avanzada el trabajar, sentirse útiles e ingresar a la sociedad. Esta discriminación no tiene justificación, está basada en nuestros valores y prioridades y los valores y prioridades de los demás.

Otra razón sería que los ancianos nos recuerdan a la muerte. Y si no tenemos la capacidad de enfrentarnos a nuestra relación con la muerte nos será más difícil tratar con los ancianos.

II.3 PROCESO DE ADAPTACIÓN A LA VIDA

La poca curiosidad y desinterés del anciano se apoyan en su estado biológico. Estar atento al mundo lo fatiga. Aún los valores que le dieron fuerza ya no le ayudan. Su indiferencia intelectual y afectiva puede llevarlo a la inercia.

Los viejos que están más favorecidos son los que tienen diversos intereses. El viejo pierde su imagen, no sabe quién es, se esfuerza por recuperarla y se ambiciona. Envidia los honores y los

títulos. Como su vitalidad disminuye notablemente ignora la plenitud de sus deseos y pasiones que dan hacia algo real, busca simulacros.

II.3.1 ADAPTACIÓN DEL VIEJO A LA VIDA COTIDIANA

Las personas de edad siguen trabajando, lo hacen con desencanto pues están conscientes de sus límites. El hecho de no exigirse los lleva al aburrimiento. Sin embargo, hay una compensación a lo que algunas personas le conceden gran valor, no tienen que hacer esfuerzos, la pereza les es permitida.

La tristeza de los viejos se confunde con el tedio, con el sentimiento de inutilidad, la soledad, etc. La decadencia senil no sólo es penosa en sí misma sino que pone en peligro al viejo en el mundo. Está siempre al borde de la enfermedad y de la miseria, se siente inseguro y esto le causa impotencia. Al estar pasivos sufren más de preocupaciones que los corroen. La tranquilidad les parece precaria. El porvenir los aterra pues ya no les brinda nada. La peor catástrofe que les puede ocurrir es la de pasar de la adultez a un estado de total o casi total dependencia, la cual la sienten siempre y los pone a merced de los demás.

El joven no se pierde si se sitúa en el futuro en el cumplimiento de proyectos. El viejo en cambio teme al cambio porque tiene miedo de no adaptarse. Ve en él una ruptura del pasado y no una apertura. Como no hace nada, se identifica con su vida anterior. El hábito le da al anciano una seguridad ontológica, lo protege de ansiedades difusas dándole seguridad de que el ayer se va a repetir en el hoy. En él se concentran todas las angustias y si deja el hábito siente que la muerte se apodera de él.

La ansiedad lleva al anciano a reducir sus relaciones con el mundo exterior. En ocasiones la desconfianza le trae una ruptura de comunicación. Le resulta difícil intelectualmente abrirse a

nuevas ideas, pero voluntariamente también se cierran. La desconfianza les trae no sólo insensibilidad, sino que también se vuelven hostiles. La edad les cae de sorpresa, sienten injusticia y por eso demuestran rechazo.

El rencor del anciano no se manifiesta tan abiertamente pero está latente en él. Más que vivir, sobrevive. Se saben incapaces de medir sus errores. Busca su propio interés y su placer. No controla sus impulsos, no por ser incapaz, sino porque no ve ninguna razón para hacerlo.

II.3.2 ACTITUD ANTE LA VIDA

No hay remedios para el envejecimiento. Es un proceso natural que debe existir pero que puede ser más llevadero tomando en cuenta ciertos aspectos importantes.

Métodos corporales : Trabajo al aire libre y comida no muy abundante. La gente que labora en el campo o en constante contacto con la naturaleza puede llegar a vivir más años.

Para el hombre que trabaja corporalmente existe el riesgo de someter su cuerpo a un desgaste demasiado intenso, a la inversa existe para el trabajador intelectual el peligro de ejercitarse demasiado poco corporalmente por lo cual envejece antes de tiempo.

Los males para la salud que están ligados inevitablemente a la busca de comodidad de muchos hombres de nuestra época a causa de la civilización, sólo son advertidos muchas veces por quien los sufre en años ulteriores de su vida y entonces puede ser demasiado tarde para ponerles remedio. Es mucho más fácil mantener sano incluso en época de decadencia un organismo que desde la juventud fue tratado como es debido, que curar el envejecimiento prematuro de un cuerpo gastado. Quien ha ejercitado en la primera mitad de su vida la actividad necesaria y ha procurado compensar la fatiga debido a su profesión, tendrá, en el caso normal, todas las posibilidades de conservarse joven también en la segunda etapa de la vida. Pero si sólo se

empiezan a practicar ejercicios corporales en una edad avanzada su aprendizaje será más difícil y serán menos provechosos. Los pecados de omisión iniciados en los primeros decenios de la vida no pueden compensarse sin más.

En muchos casos al primer error, el ejercicio físico insuficiente, se añade otro, una alimentación demasiado abundante y sobretodo excesivamente rica en grasas. Una alimentación racional, ni demasiado ligera ni demasiado abundante, es sin duda uno de los requisitos esenciales para una vida larga y sana. La vida se acorta lo mismo por desnutrición que por sobrealimentación. La solución ideal está en satisfacer correctamente las necesidades reales diarias de la alimentación del organismo conforme a la etapa de la edad, la profesión, el clima y demás circunstancias. Entre estas necesidades figura, y no en último término, la suficiente inclusión en la dieta de las vitaminas imprescindibles para la vida.

Así pues, la vejez significa diferenciación formal y por consiguiente, realización de las posibilidades individuales en las esferas corporales y psíquico-intelectuales.

El hombre viejo ha llegado a la madurez espiritual, ha ejercitado su inteligencia durante decenios, ha podido recoger ricas experiencias y piensa más económicamente que antes. Sus conocimientos profesionales y de otra índole habilitan su trabajo. " El adulto de cincuenta años no debe envidiar al joven y sus posibilidades, porque tiene frente a sí las realidades de su pasado, de un trabajo hecho, de un amor amado y de sufrimientos padecidos valientemente ; con base en ello tiene que decidir como vivirá su vejez"(19).

Nadie reacciona en su vida dos veces igual a un estímulo exterior ya sea clima, infección o cualquier otro, tampoco lo hace el comportamiento total psíquico-espiritual sometido a cambios que se manifiestan en las distintas etapas de la edad. A cada una de estas le corresponde un tipo especial de la capacidad de rendimiento espiritual, lo que es válido en toda la vida. Así el joven aprende de modo distinto que el hombre maduro.

Se puede comprobar entonces que las oportunidades que tiene un hombre de edad para mantener su frescura espiritual en el caso normal, son mejores cuanto más intensamente ha trabajado de manera intelectual en su juventud y sus años medios, todo esto se debe a la cultura.

El pensamiento y el sentimiento dependen de manera mutua y de modo inseparable. No es válido decir que el sentimiento en el joven es de mayor intensidad que en el viejo. Ello está relacionado con las variaciones corporales. La producción hormonal se menoscaba en el curso de los años, no sólo en las glándulas sexuales, sino también en la glándula tiroidea, la pituitaria y otras, pues no están excluidas del proceso de envejecimiento. La intensidad de las sensaciones sentimentales disminuye en la edad madura ; con ella disminuye también la tensión entre el sentimiento y la razón.

En la mujer por inteligente que sea pesa más en el caso normal la vida sentimental, que no está determinada sólo absolutamente de modo primario en el amor.

En los años críticos, alrededor de los cincuenta o algo antes, se pueden observar en muchas mujeres dos caminos distintos, los dos equivocados. Uno el camino más frecuente buscar lo ya desaparecido y para conservar al menos el efecto, que se va desvaneciendo, de los encantos femeninos, la mujer vieja se disfrazará de joven. Tiñe sus cabellos de color demasiado llamativo, las uñas y los labios demasiado rojos, elige vestidos en exceso juveniles y tiene una manera de acicalarse que no corresponde a su verdadera edad. Sin embargo, el proceso fisiológico de la vejez no puede vencerse a la larga. De igual manera puede ocurrir con los hombres. Otro error es el que llaman "Evasión hacia el pastel". Son esas mujeres, bastante numerosas en todas las clases sociales, que desde cierta edad renuncian a desplegar atractivos externos. Descuidan su apariencia en todos los aspectos, se visten mal y se dedican a comer. Sin embargo, la transición de una etapa de la vida a la otra, no es realmente más difícil de hallar para la mujer que para el hombre. Su instinto natural, su sentido vital, no necesitan de mucha psicología para desplegar esas otras bellezas que son el privilegio de los años de vida avanzada, el calor espiritual y la superioridad del espíritu sobre el cuerpo que envejece.

¿Qué se siente ser viejo? Gran parte de la respuesta se puede encontrar analizando la clase de personas que actualmente somos. La vejez no se apodera de nosotros como una especie de fuerza externa poderosa que debilita nuestra personalidad en tal o cual forma. Es cierto, que muchos, sino es que todos nosotros, sufrimos los cambios del envejecimiento, la aparición de arrugas y las alteraciones de nuestra posición ocupacional, económica, etc. Pero lo que estos cambios significan para nosotros va a depender en gran parte de la manera como hayamos aprendido a interpretar la vida en general. Esto no quiere decir que no existan cambios, en esencia no cambian pero se superan.

CITAS Y NOTAS DEL SEGUNDO CAPÍTULO

- (13) VILLALOBOS, E , op.cit. , p.154
- (14) NERICI. Imideo , Hacia una Didáctica General Dinámica , p529
- (15) VILLALOBOS ,E , op.cit. . p147
- (16) DE BEAUVOIR,S., op.cit. , p363
- (17) NODARSE,J., op.cit. , p319
- (18) DE BEAUVOIR,S., op.cit. , p456
- (19) VILLALOBOS,E., op.cit. , p145

CAPÍTULO III : EL VIEJO PRODUCTIVO DENTRO DE LOS ASILOS PARA ANCIANOS

Los asilos de ancianos dan la oportunidad a los viejos de sentirse útiles, cuidados y protegidos y no sentirse como una carga para los demás. Además el hecho de vivir en un asilo de ancianos nos muestra que no somos los únicos que padecemos enfermedades, que dependemos de los demás, que nos cuesta trabajo entender esos cambios que se operan en uno y que desconocemos sus motivos. Este nuevo hogar nos puede brindar la oportunidad de seguir siendo productivos con base en nuestras carencias y nuestras necesidades.

III.1 ADAPTACIÓN A UN NUEVO HOGAR

El proceso de adaptación de las personas a un nuevo lugar implica cambios que en ocasiones favorecen y en ocasiones causan problemas, pues implica cambios muy bruscos. Si esto lo aunamos a que en la edad avanzada estamos más reacios a los cambios, a que estos nos causan problemas de adaptación y que además implican cambios en la personalidad, pues nos hacen perder la seguridad con la que contábamos. Éste proceso de adaptación es difícil pero en ocasiones necesario y hasta benéfico, tanto para el anciano como para la familia.

III.1.1 LOS ASILOS DE ANCIANOS

Cuando se estudia la vejez en muchos casos se alude a enfermedad, como si esto estuviera implícito en el concepto de viejo. Es cierto que la persona vieja está más propensa a tener alguna enfermedad, porque su cuerpo no actúa de igual manera que en la juventud o inclusive en la vejez.

Muchas veces se confunden los achaques propios de la vejez, con enfermedades crónicas que pueden haber tenido antecedentes en la juventud o inclusive en la vejez.

Estas enfermedades implican más tiempo en cuestión de cura porque el cuerpo no reacciona igual a edades avanzadas ante los estímulos externos. En ocasiones los viejos requieren más cuidados, más atenciones y los familiares no siempre se encuentran en la disposición de tiempo o de dinero para cuidar a sus familiares.

Es por esta razón que los asilos de ancianos tienen una vital importancia en el desarrollo del individuo en la vejez. Pueden seguir siendo útiles sin sentirse una carga, y saber que hay muchas personas que se encuentran en la misma situación que ellos.

Sin embargo, es importante conocer de antemano el lugar y saber si llena las expectativas de la persona que va ingresar en ella, porque lo que se pretende es buscar su beneficio y de ninguna manera perjudicarlo.

III.1.2 HOGAR DE DESCONOCIDOS

"Todos los días doy gracias a Dios por este lugar. Nunca imagine que las personas pudieran ser tan amables. No hay otro sitio donde preferiría estar. Estoy perfectamente seguro aquí, muy contento y muy agradecido".

"¿De qué se me acusa doctor ? ¿No se dice a los prisioneros porque los encierran ?
¿Llamar hogar a este sitio ? ¡Vaya hogar ! Tenemos que levantarnos cuando nos dicen, comer cuando nos dicen, acostarnos cuando nos dicen. Si tenemos alguna expresión extraña en el rostro, nos hacen tragar una píldora.
¿Es así un hogar Doctor ?"*

Estas son dos declaraciones hechas en la misma institución para ancianos. El mismo puede ser de hecho, una experiencia totalmente diversa para diferentes tipos de personas, necesidades y capacidades de adaptación.

Existen también muchas diferencias entre un hogar para ancianos y el simple hecho de generalizar puede engañar.

Para sobrevivir a las adversidades de la vejez algunas veces se necesita el tipo de refugio que puede ofrecer una institución y generalmente son los más avanzados en edad los que ingresan a este tipo de instituciones.

En muchas naciones, hoy en día, el equilibrio de la población está cambiando y el número de ancianos ha aumentado. Esto significa que el hogar para ancianos todavía tiene muchos años por delante, guste o no.

La palabra reclusión significa algo feo o negativo. El proceso de reclusión significa mucho más que el simple hecho de cambiar a una persona de un lugar físico a otro.

Durante el período de instalación, el anciano tiene que llegar a adaptarse a todos los aspectos de su nuevo ambiente. Quizá el hecho de que este proceso sea conocido como reclusión, más que como individualización, pone en claro que es la persona quien debe adaptarse más al hogar y no el hogar a ella. Es un proceso difícil a cualquier edad. Para algunos ancianos es un firme refugio, para otros, la prisión.

Con frecuencia el trastorno comienza antes de que el anciano, ya sea hombre o mujer, llegue a su nuevo hogar. Piensa que algo anda mal, pues de otra manera no se estaría cambiando de casa. Puede ser la enfermedad, puede ser la pérdida de una persona protectora o de un sitio para vivir. Algo que perturba ha sucedido o está a punto de suceder. Ansiedad y miedo son los puntos claves de esta situación.

Aún cuando la reclusión se vea como un recurso favorable, la familia puede llegar a sentirse culpable, el anciano abandonado y a veces esto no es verdad. La familia pudo hacer todo lo posible para ayudar al anciano y el anciano puede estar igualmente apenado por considerarse una carga, como la perspectiva de un cambio. Sin embargo, las emociones y los sentimientos se hacen llegar y prevalecen.

Después de muchos años de que el anciano forma parte de esa familia ahora debe enfrentarse a lo que en ocasiones es una violenta separación. Además siente temor pues no conoce la institución a la cual irá. "La sensación de seguridad en un anciano puede ser minada de muchas maneras. Ni siquiera es necesario que suceda algo terrible. La anticipación de que se podría perder algo decisivo para la sensación básica de la seguridad, puede ser en sí misma muy inquietante"(20).

El deterioro de la situación de vida del anciano puede causar sentimientos como tendencias a la autocrítica, a la depresión, a la amargura o a la irritabilidad y estas se añaden a las consecuencias de la reclusión. La posibilidad del cambio puede también ser deprimente en sí mismo.

La ansiedad y el temor algunas veces alcanzan mucha altura cuando una persona ingresa a una institución, aún cuando decida aceptarla de buena gana y evitar hacer escenas.

Pueden surgir indicios de inadaptación a pesar de tener las mejores intenciones para mostrarse contenta con el cambio. El impacto del cambio se puede suavizar de varias formas. En algunas partes, los miembros del personal de la institución visitan la casa del anciano varias veces antes de su admisión para conocer a los familiares y responder a las preguntas que tengan.

Algunas veces el anciano visita la institución. El viejo puede llevar consigo sus posesiones más preciadas lo cual le proporciona un sentimiento de identidad.

El personal puede brindar seguridad al recién llegado y otros internos pueden darle la bienvenida y ser amigables. Esto lo hace sentirse menos aislado. Hay ocasiones que el personal con buenas intenciones aumentan sin querer el pesar del recién llegado con manifestaciones poco propias de familiaridad. No están conscientes de la crisis por la cual el anciano atraviesa. Uno de los pocos indicadores de identidad que le quedan es su nombre. Un desconocido puede pasar por alto el nombre del recién llegado y proceder a darle un trato familiar llamándolo por su nombre de pila. Hay ocasiones en que el nombre es separado de la persona y sustituido por un término generalizador que no reconoce la individualidad de la misma.

Las presiones que la institución ejerce sobre los individuos no están limitados a los asilos de ancianos. Hay procesos similares que tienen lugar en cualquier parte donde una persona es controlada casi totalmente por el ambiente: En las prisiones, hospitales mentales y establecimientos militares por ejemplo. Y aunque no parezca estas instituciones tienen mucho en común con una institución geriátrica. La identidad previa del interno se sustituye por un número o

una clasificación. Los símbolos anteriores de una misma son cambiados por las establecidas en la institución. El programa satisface las necesidades de la institución más que la del individuo. Las relaciones y la intimidad no son favorecidas : El comportamiento en grupo, la conformidad y la vigilancia son lo más común.

El anciano que ingresa a una institución por primera vez puede experimentar estos aspectos de la vida institucional como ataques personales en contra de la identidad. El ataque es impersonal. Es así como trabaja el sistema. El personal aprecia a los ancianos pero sin embargo, están atentos a las reglas de la institución. Es una institución que abarca la totalidad, porque los ancianos viven en ella todo el día. Esto les proporciona parte de la seguridad necesaria para sobrevivir. También debilita la seguridad psicológica, poniendo muchas cosas fuera del control del individuo.

Lo cotidiano puede ser un motivo de satisfacción, una bebida sencilla cuando se siente sed, etc. Muchas de las dificultades a las que se enfrentan los ancianos son causadas o intensificadas por la falta de comodidades básicas que proporcionan una estructura segura a la vida diaria. El ambiente social y físico en el que se encuentra una persona mayor constituye la mitad de lo que necesita para mantener intactos el respeto por sí mismo, el ánimo y las facultades. Los hogares para ancianos tienen todas las comodidades que se pueden desear : Tienen piso antiderrapante en la tina y la regadera, la temperatura del agua está controlada para evitar quemaduras accidentales, los quemadores de gas tienen válvulas de seguridad, se han eliminado las escaleras en las puertas de acceso. Las puertas del elevador se cierran lentamente y se vuelven a abrir rápidamente cuando es necesario. Los pasamanos y agarraderas se encuentran en todos los lugares en los que resulta necesario brindar una pequeña seguridad, apoyo y estabilidad. Todo el ambiente ha sido planeado de tal forma que los accidentes, peligros e incomodidades han sido reducidos a un mínimo sorprendente. Esto se extiende desde el sofisticado sistema de seguridad para desanimar a los intrusos, hasta el interruptor con reloj que da el tiempo suficiente para atravesar la habitación antes de que la luz se apague.

Estos materiales en conjunto ayudan a los residentes de mayor edad a cuidarse a ellos mismos. Pueden vivir independientemente durante más tiempo, más plenamente y con menos esfuerzo ; el ambiente es hospitalario. El ambiente está lleno de flexibilidad, los residentes pueden proseguir con su estilo de vida individual sin tener que amoldarse a cierto modelo fijo, pues los detalles especiales, ideados para este ambiente, son en general tan sutiles que sus efectos se pueden medir mejor en términos de lo que no sucede. Sin embargo, y a pesar de todas las comodidades los ancianos deberían tener un grupo de opciones a partir de las cuales tomar alternativas personales.

Desgraciadamente, hoy en día no les quedan muchas alternativas. Con frecuencia se ven obligados a adaptarse angustiosamente a un tipo de habitación que está lejos de ser la ideal.

Los excesivos gastos de la vida de hoy son algunas de las amenazas contra la posibilidad de que los ancianos conserven sus estilos de vida en el mundo de hoy.

Existe una gran diferencia entre los ancianos hombres y mujeres de edad avanzada que continúan viviendo cómodamente en sus habitaciones y aquellos que viven en casas nuevas, diseñadas para su comodidad, así como los que están atrapados en peligrosas construcciones de menor calidad, ambientes deteriorados o quienes son separados del resto de la comunidad por las puertas de una institución.

Se debería poner una mayor importancia en las influencias que excluyen efectivamente a los ancianos del núcleo de la vida social.

III.1.3 PRECAUCIONES AL INGRESAR

La mayoría de los recién llegados a las instituciones reciben poca ayuda para llegar a un arreglo entre sus hábitos de vida pasados y la estructura de la institución. Con frecuencia las reglas no son puestas en claro desde un principio. Algunas veces parece no haber reglas de algún tipo, aún cuando toda institución debe tener reglas de alguna clase.

El recién llegado tiene la impresión de que se espera muy poco de los internos y que existen pocos papeles que puedan proporcionar una satisfacción personal y ganar la aprobación social. En muchos de estos lugares cuanto menos haga la persona, mejor. A cualquier edad ésta es una situación muy difícil de aprender y de adaptarse.

Los primeros días de reclusión pueden así caracterizarse por la confusión, una excesiva precaución y por pequeños incidentes que injustamente establecen una reputación permanente. Algunos se adaptan más rápidamente a vivir en grupos porque prefieren que otros dirijan las cosas en lugar de ellas. Les proporciona un sentido de seguridad y les ayuda a relajarse. Estas personas con frecuencia han tenido ya la experiencia de vivir en otras instituciones y saben como aprender los trucos y sacan el mejor partido de la situación. Pero aquellos que han llevado una vida mucho más privada están mal preparados por su experiencia o por su temperamento para este tipo de situación.

Los primeros días de reclusión son críticos. La ansiedad que el anciano experimenta por el abandono de su hogar, así como el temor de lo que le aguarda pueden intensificar sus problemas físicos, psicológicos y sociales. Es el momento en que el nuevo hogar debe proporcionarle el cuidado más comprensivo y cariñoso. Se experimenta un sentido de ruptura con la vida que se ha llevado hasta ese momento y la sensación de que no hay forma de regresar es aguda y acertada. Por eso cuando surge la posibilidad de recluir a algún anciano es vital que se elija la institución más adecuada.

También debe brindarse un amplio apoyo social y emocional durante el periodo crítico después de su admisión.

III.1.4 UNA NUEVA FAMILIA

Aquellas personas que se preparan para una larga permanencia en los asilos para ancianos, con frecuencia encuentran amigos entre los otros internos y el personal y finalmente llegan a considerarlos como una familia. Esto es una situación muy interesante. Parece tener más probabilidad de ocurrir cuando las visitas de la familia se hacen poco frecuentes o se acaban, o cuando la estabilidad entre el personal de la institución les deja tiempo libre para que entablen relaciones personales entre sí. Los internos se sienten verdaderamente reconfortados por la presencia de su nueva familia y el personal puede ir más allá de las exigencias de su trabajo, al cuidar a la abuela o al tío, a quienes ha llegado a querer.

La situación algunas veces parece representar el triunfo de la humanidad sobre los procesos impersonales de la institución. No obstante, la soledad, el aislamiento social y el pesado tedio que produce el no tener nada que hacer caracterizan a muchos ancianos durante períodos prolongados de reclusión. Es más probable que ocurra en los asilos grandes y parece suceder cuando el tamaño de la institución sobrepasa el de una casa particular amplia.

Surge la pregunta de que si verdaderamente es una adaptación normal, pues los internos deben adaptarse a un mundo de enfermedad y de muerte. La adaptación es una conformación a los límites, es una identificación con el enfermo y el débil. Es un reconocimiento a la muerte que viene, que cada vez se encuentra más cerca, y esto no sólo ocurre a los viejos: "Los adultos jóvenes bien pueden temer a la dependencia asociada con la vejez. No es raro que declaren que prefieren morir que envejecer. Así, el miedo a la vejez influye en los pensamientos, sentimientos y acciones de personas que todavía están muy lejos de llegar a ella" (21).

La persona que no se adapta a la vida de la institución puede al menos atraer cierta atención porque no encaja en ese lugar. Esta adaptación al asilo no debe tomarse a la ligera. Las relaciones humanas son igual de complejas que en cualquier otro lugar.

Algunas cosas no desaparecen simplemente porque se ingresa a la institución. Resulta más fácil entender porque un anciano se siente entusiasmado o deprimido cuando comprendemos la importancia de los incidentes diarios que se relacionan de tal manera con las dificultades físicas y quizá también con la añoranza del mundo exterior.

Las instituciones para ancianos están cambiando. El personal está más preparado, existen más facilidades y respeto al estilo de vida de los internos. Existen instituciones que llegan a tener talleres, clubes, etc. Estas organizaciones están al cuidado del hogar ayudando a las personas mayores a pertenecer a la comunidad atendiéndolas en el lugar en que viven, sin exigirles que ingresen al asilo.

Sin embargo, llega un momento en la vida de los ancianos en la cual la incapacidad física sobrepasa el nivel de resistencia individual y social de la persona. Los muy ancianos y muy débiles probablemente necesitaran ser admitidos en una institución.

A pesar de los grandes avances en el ámbito médico, psicológico y sociológico siempre habrá una gran cantidad de ancianos que necesiten los cuidados básicos.

La adaptación a cualquier lugar es difícil, pero lo que implica más dificultad es adaptarse en el período de la tercera edad al asilo de ancianos lo cual conlleva no sólo el cambio de hogar, sino de vida.

III.1.5 PROBLEMAS MÁS FRECUENTES EN INSTITUCIONES PARA ANCIANOS

Una persona puede estar más o menos integrada en su sociedad. La conciencia de estar bien integrado en la sociedad puede proporcionar un sentimiento de gran seguridad. La persona integrada sabe que es alguien, porque es tratada como tal. Puede ver que es útil. Participa cuando menos en la toma de decisiones y tiene acceso a muchos privilegios y oportunidades.

La integración social se puede experimentar como una pesada y opresiva carga. Éste es uno de los problemas más frecuentes que se experimentan en las instituciones. Otro problema es que por el envejecimiento no se mantiene el sentido vital en lo físico y en lo psíquico, asegurando una determinación optimista por seguir viviendo. Todo se da sólo sin necesidad de hacer nada por sí mismos. Además, el hecho de vivir en una institución no los deja funcionar en la realidad y se debe tratar en todo momento de mantener los atributos personales y además los sociales

Por el hecho de ser viejos deben considerar la muerte como un fenómeno natural y por lo mismo perder todo temor a morir.

Deben procurar la realización de un trabajo útil, atractivo y que les dé satisfacciones materiales y espirituales. Tratar de evitar tensiones emocionales y angustias sostenidas. Deben evitar la vida sedentaria aunque es difícil en la institución, pues la inactividad es un factor de riesgo. Mantener siempre la actividad intelectual, lectura, estudio, etc. Deben evitar la soledad y ocupar estos momentos en actividades productivas. No deben olvidar su dieta, deben seguirla al pie de la letra.

Deben saber que aunque no tienen la vitalidad de la niñez y el apasionamiento y el impulso de la juventud, pero si tienen experiencia, conocimiento y capacidad de ofrecer lo mejor de sí mismos a nuevas generaciones.*

III.2 QUE ES PRODUCTIVIDAD EN EL ANCIANO

Productividad en la ancianidad es seguir siendo útil, seguir aportando de lo que sabemos y conocemos a la sociedad. Es seguir poniendo nuestro granito de arena para contribuir al bien común y por ende al nuestro. Seguir siendo productivo es sumamente importante, porque así se demuestra que la edad no es impedimento para seguir creciendo y desarrollarse como ser humano.

III.2.1 DEFINICIÓN DE PRODUCCIÓN

Se puede definir producción como " El conjunto de transformaciones que tienen por objeto aumentar el grado de utilidad que posee un bien. Este incremento en la utilidad de los bienes puede consistir en su distribución; es decir, en su aplicación a otros espacios y a otros tiempos"(22).

Ahora bien, es vital aludir también a la productividad para poderla ubicar dentro del ámbito educativo y enfocarlo a nuestro objetivo que es la educación en los ancianos. " Productividad es el incremento que experimenta la producción al incrementar uno de los factores que intervienen en el proceso, permaneciendo el resto invariables"(23).

Podemos referirnos de productividad en educación en la medida en que ésta es un factor y lo que buscamos es incrementar el crecimiento de este factor y dejar los demás factores como son su desarrollo sin cambio. En la vejez podemos lograr mejorar la productividad de las personas si las consideramos capaces de realizar un trabajo y desarrollarse íntegramente. Su experiencia es valiosa y sus conocimientos le dan el valor necesario para participar en los problemas de la sociedad.

III.2.2 LA SOCIEDAD NECESITA A LOS ANCIANOS

Nuestra sociedad insiste en usar la edad cronológica para muchos fines. Podemos darle el carácter de edad cronológica a algún asunto y llamarla anciana sólo para trámites administrativos o estadísticos. Una persona de edad puede brindar mayor ayuda en ciertas ocasiones gracias a su experiencia y sus consejos. Este uso de la edad cronológica es muy desafortunado, pero es difícil de evitar, pues es un hecho arraigado en la sociedad.

Se puede hacer menor el impacto negativo de esta práctica, si hacemos un marco en nuestra mente y dividimos la edad cronológica y la situación física, mental y social del individuo. Quizá también nos dejamos llevar por la relación que existe entre la edad cronológica y el valor humano. El hecho de ser diez años mayor no quiere decir que se es diez años peor y se tienen diez años de menor valor.

La clasificación por edades destaca el interés de la sociedad mientras que la edad funcional subraya los hechos directos acerca del individuo. Idealmente ambos tipos de consideración deben ser tomados en cuenta. Los problemas surgen cuando a la persona no se le da la oportunidad de funcionar según su capacidad a causa de limitaciones del medio ambiente, que suelen ser producto del control social.

Es necesario tomar mayor conciencia de lo anterior para actuar con mayor flexibilidad en la vida. La sociedad necesita tanto personas novatas como veteranas y deben ser respetadas y no obligadas a tomar una decisión o una responsabilidad prematura, o en su caso la jubilación, o privarlos de las oportunidades que están capacitados para aprovechar. En este caso ayudará mucho el hecho de saber diferenciar entre envejecer y ser viejo.

Como podemos ver, el envejecimiento puede considerarse como un proceso o un conjunto de procesos. Envejecemos a través de los años. La vejez, sin embargo es, un estado mental. Se le puede definir según normas como en el caso de la edad cronológica o bien según nuestro criterio.

Se puede situar a la vejez en etapas tardías de la vida. Se le puede considerar como una situación deseable o temible. Deseable porque se le da un rango de respeto y experiencia a la vejez, y temible porque se van perdiendo facultades y esto provoca el aislamiento de la persona.

Si alguien puede quizá tratará de olvidarse de ella, aunque viéndolo bien es prácticamente imposible.

La vejez de manera muy probable va a ir retrocediendo en las próximas décadas. Hace unos años los estatígrafos sociales y algunos otros tomaban los sesenta y cinco años como la edad en la cual comienza la vejez. Sin embargo, ahora tienden a cambiarla a los setenta y cinco años. Esta parece que tiene más sentido ante las expectativas de la vida y las características cambiantes de las poblaciones.

En Estados Unidos, la edad de jubilación obligatoria está en proceso de ser cambiada a los setenta años. Esto pone en evidencia que los sesenta y cinco años y fuera se está haciendo cada vez más inadecuado y obsoleto.

La palabra envejecimiento es entendida como el proceso que nos acompaña a lo largo de nuestra vida y que comienza mucho antes que la vejez.

La sociedad necesita a los ancianos porque en ellas está cimentada y gracias a ellos se edifica como tal. La juventud viene sólo a arreglar esta obra y dar nuevas aportaciones. Estas cimentaciones del anciano son sus experiencias variadas que ha experimentado a lo largo de su vida.

Algunas personas muestran una mayor capacidad para valerse de su propia vida pasada a fin de darle más valor a su vejez.

La conciencia del envejecimiento algunas veces hace perder la confianza que la persona tiene en sí misma. En la adolescencia surge la necesidad de afirmarse ante sí mismo y ante los demás. Ahora en la vejez surge esa necesidad aún cuando las circunstancias son muy diferentes.

Para cuidar su seguridad, el anciano recurrirá a su pasado. Piensa: Si alguna vez lo hice, ahora también lo puedo hacer y ser respetado. Se reviven momentos de triunfo y de logros. Si este proceso tiene éxito, entonces el individuo habrá recobrado en sí mismo la confianza de sus capacidades. Esta confianza le ayudara a salir adelante y a continuar demostrando su competencia. Pero este proceso no siempre tiene éxito. Pueden venir a la mente momentos de fracaso; las limitaciones y pesadumbre pueden resaltar con más fuerza que los logros positivos. La persona puede permanecer perdida y desconsolada en medio del mundo y es posible que desaparezca la confianza y la motivación necesarias para seguir adelante en la vida.

De igual manera pueden tener efecto los prejuicios que en contra de las personas mayores se hacen. Sienten que ya no tienen capacidad para salir adelante. Unas cuantas experiencias humillantes y destructivas son suficientes para convencer a algunas personas de que ya no valen como ciudadanos de primera clase y de que ni siquiera vale la pena darse ánimos con hazañas del pasado. La delimitación de fronteras es un proceso personal y con frecuencia tan privado que puede tomar varias formas. Cada individuo debe determinar si un aspecto de su vida al que no está acostumbrado debe ser dejado a un lado y consignada al pasado.

La reacción ante el ingreso a un asilo de ancianos o algo parecido, puede mostrar lo que sucede cuando las personas no son capaces de restablecer sus fronteras. El establecimiento de límites es un proceso de adaptación durante el cual la persona evalúa en forma realista lo que puede y lo que no puede permanecer como parte activa de su vida. Por lo menos algo de lo perdido puede ser reemplazado por nuevos intereses o por una mayor atención a las posibilidades que se conservan.

Sin embargo, este proceso puede tener resultados desafortunados. Una persona puede deshacerse de aspectos de su vida, con demasiada facilidad cuando todavía tiene capacidad para disfrutarlos o recuperarlos.

Puede resultar muy satisfactorio compartir con una persona mayor sus reflexiones sobre el pasado. Directa o indirectamente, también forma parte de nuestra historia. A partir de los datos que podemos obtener, hace más profunda nuestra comprensión de las experiencias de la vida. Junto con el anciano sentimos la transformación desde niño hasta joven, adulto o más allá. Así cada anciano que nos hace partícipe de sus pensamientos y sentimientos, constituye un texto único sobre el desarrollo humano y el envejecimiento.

III.2.3 PENSIÓN DE VEJEZ

En Estados Unidos se procede con mucho entusiasmo e idealismo a buscar una solución práctica cuya finalidad sea hacer posible para él mismo y para la comunidad. En cambio entre nosotros se ha trazado una línea de separación claramente visible entre los viejos y los otros grupos de la población. Se menciona una carga muy grande entre las capas productivas y las improductivas y se hace alarde de los que ya no pueden trabajar como carga social.

Esta comparación ya sea con mayor o menor efecto útil económicamente dejan a un lado la verdadera cuestión. En definitiva en el caso normal, los viejos han trabajado durante muchos años y con ello han constituido un capital. No consiste sólo en sus pagos para el seguro social, seguros de vejez, etc., sino también en capital efectivo.

Las fábricas, maquinas, carreteras, obras de minería y nuestras casas no hubieran surgido en su mayor parte si las generaciones viejas no hubieran colaborado en su construcción y con ella en la formación del capital. Este punto de vista decisivo se olvida cuando se expone una u otra vez esa

**ESTA TESIS NO DEBE
SALIR DE LA BIBLIOTECA**

opinión según la cual las capas productivas han de sostener a los viejos no productivos, con lo que se les hace el reproche abierto o encubierto de que pesan sobre los que trabajan. En verdad las cosas son muy distintas. En condiciones normales, la mayoría de los viejos viven del producto de su vida de trabajo anterior.

Los funcionarios, sus viudas, aseguradores sociales han conservado su pensión de vejez por derecho propio. Los que hicieron ahorros, seguros de vejez, etc., fueron desvalorizados y tiene que pagar las consecuencias sin ser más responsables de su situación.

Está mal empleada la idea de la carga improductiva pues los jóvenes que todavía no pueden trabajar también son considerados una carga improductiva y ha de ser sobrellevada por la capa de los que trabajan. " La ociosidad no es sólo la madre de todos los vicios, como dice el refrán, sino también a causa del envejecimiento prematuro del cuerpo y del espíritu... Hoy se sabe, por investigaciones estadísticas, que también en edad más avanzada del límite de pensión una ocupación de acuerdo con la capacidad de rendimiento alarga la vida, mientras su falta la acorta."(24).

A pesar de todo siguen habiendo dos grupos de edad en la situación normal de la necesidad de ayuda : los niños y los viejos. Los niños son cuidados por los padres, pero quien cuida a los viejos. Ahora se dan más casos de vidas más largas.

La pensión de invalidez es tan baja principalmente porque está unida al seguro sobre la vejez, aunque se trata de dos riesgos completamente distintos. Como no se ha llegado a un acuerdo es necesario resolver con la mayor rapidez posible, el problema de la pensión de vejez.

La vejez ha llegado a ser en todos los estados cultos un verdadero grupo de edad, pero al que le falta la situación que merece. Únicamente gracias al progreso de la ciencia, sobre todo de la medicina ha sido posible la existencia de ese grupo, pero la sociedad del progreso industrial ve su figura central en el porcentaje de hombres capacitados para trabajar y sólo en él.

En el fondo apenas si se tiene conciencia de los viejos porque no tienen valores que ofrecer en el aspecto mercantil y porque la nueva evolución aún no ha penetrado en la conciencia de la mayoría.

Antes la situación sociológica del viejo era muy buena y aún ahora lo es en las sociedades campesinas que saben apreciar el consejo y la experiencia del viejo. En la ciudad las cosas son muy distintas; el ritmo de vida deja poco tiempo a los hombres de la ciudad para tomar en consideración a los viejos y escucharlos. Pero algún día estos apresurados pertenecerán al grupo de los viejos. Aunque los miembros de este grupo se preguntan por el momento a menudo que sentido tiene verdaderamente el aumento de la edad, si este incremento en la vida humana no ha de llevar el desarrollo de sus valores especiales.

Nadie puede existir de modo espiritual para sí sólo y sin relación con los demás, pues el hombre es ahora como antes un ser social, cuyos conceptos de los valores no podrán llenarse por el individuo solo. Así de igual manera el viejo necesita el sentimiento de ser y seguir siendo un miembro valioso de la sociedad, aunque esta necesidad pueda ser consciente o no.

Es necesario aclarar que esa desvalorización del grupo de los viejos, que nos encontramos tan frecuentemente es algo muy distinto de un fenómeno general. Está condicionada por la época, unida a hechos sociológicos y psicológicos que tanto han variado. Ahora la posesión de algo material vale más que los valores espirituales.

Ahora bien, aparte de las consideraciones económicas la situación del viejo depende de toda una serie de factores cuya importancia y efecto varían de uno a otro país y de una a otra época.

Con todo aumentan los indicios de que en este campo es inminente un viraje que hará justicia a los hechos reales mejor que ahora. En la prensa y la radio se alude cada vez en mayor medida a problemas de la vejez y se pide igualdad de derechos para la etapa de vida del hombre viejo.

No se puede pasar por alto que la Gerontología es una ciencia joven cuyo verdadero trabajo sólo acaba de empezar. Han de crearse campos especializados como una psicología de la vejez y una psiquiatría de la vejez. De igual manera debe pasar con la Geriatria que es la ciencia que se encarga de la cura de los viejos.

NOTAS Y CITAS DEL TERCER CAPÍTULO

* Datos obtenidos del asilo de ancianos "Casa de Reposo", Ubicado en Cuernavaca, Morelos.

(20) KASTENBAUM,R, op.cit., p 68

(21) ibidem , p.72

* Datos obtenidos del asilo de ancianos "Casa de Reposo", Ubicado en Cuernavaca, Morelos.

(22) DIAGONAL SANTILLANA., Diccionario de las Ciencias de la Educación , p 1150

(23) ibidem , p1150

(24) KASTENBAUM,R., op.cit. , p.

CONCLUSIONES

- 1.- La vejez es parte integral del proceso de vida del hombre. Nace, crece, se desarrolla se reproduce y muere. Todo tiene un principio y un fin.
- 2.- El hombre debe educarse para la vejez y la muerte para así encontrar un sentido a la vida.
- 3.- Cuando se conocen los límites es posible fijar metas objetivas. Si el hombre no supiera que va a morir, no se plantearía objetivos a seguir ni a corto ni a largo plazo.
- 4.- La vejez es la parte final del proceso de la vida, la última parte de la curva que implica una declinación, que en éste caso es física, mental e inclusive social. No somos como solíamos ser.
- 5.- El viejo necesita redefinirse a sí mismo, pues se da cuenta que debe acoplarse a un mundo que ya no conoce, a una vida llena de cambios y esto trae consigo inseguridad y miedo.
- 6.- La educación debe ser extensiva a todos los seres humanos no importando la edad, porque todos somos sujetos perfectibles.
- 7.- La dependencia no es exclusiva de la vejez ; más sin embargo en ella se dan más casos debido a que las capacidades físicas e inclusive las mentales disminuyen. Es en este caso cuando se requiere con mayor fuerza de la ayuda de los demás.
- 8.- La vejez es un estado mental y no se le puede asignar un status cronológico. El anciano se sabe con menos posibilidades, requiere de más ayuda y las presiones y actitudes sociales lo hacen sentirse inútil, sin saber que esto no es verdad y que existen casos de jóvenes igualmente dependientes sin considerarse inútiles.
- 9.- El viejo tiene un gran punto a su favor, la experiencia que solo la vejez tiene.

- 10.- La existencia es bella y bien vale la pena vivirla plenamente por eso es necesario prepararse para la vejez. Si se le da la debida oportunidad a los viejos para destacar, estos tendrán su sitio en la sociedad.
- 11.- El mundo del viejo se vuelve más estrecho, tiene problemas con su memoria y su entendimiento se limita a una sola cuestión a la vez. Sin embargo, no debemos olvidar que su deterioro lo hace en ocasiones olvidadizo e inclusive ermitaño.
- 12.- En la era moderna la edad tiene gran fuerza. Debemos cambiar la idea de que la juventud trae consigo el crecimiento en la productividad, porque si bien ésta tiene mas posibilidades de crecer no cuenta con el tesoro de la vejez : la experiencia.
- 13.- Lo que es definitivo es que lo que se realizo en la juventud y en la vejez se verá recompensado en la vejez. Bien dicen que lo que se siembra es lo que se cosecha.
- 14.- El asilo de ancianos debe cubrir las expectativas del viejo. Debe seguir siendo una extensión de la familia y darle la opción de seguir creciendo sin sentirse atado. El asilo debe brindarle una estructura segura a su vida.
- 15.- Si se educa para la vejez y para la muerte durante toda la vida, el viejo considerará la muerte como un fenómeno natural y así perderá el temor a morir.

RECOMENDACIONES

- Proponer la creación de centros de capacitación para los viejos en fábricas y centros laborales, en actividades que se adapten a sus posibilidades
- Permitir que los viejos sigan siendo útiles y capaces en sus trabajos dejando en libertad el concepto de edad para la jubilación obligatoria.
- Permitirles más opciones para perfeccionarse, creando centros educativos para la vejez.
- Implantar cursos de educación para la vejez y llegar mejor preparados a ella, sin miedo a envejecer.
- Construir en lugares públicos mejores vías de acceso para personas seniles o discapacitadas.
- Proponer actividades constantes en los asilos de ancianos para mantener a los viejos en constante actividad con el fin de evitar la ociosidad y por ende el decaimiento.

BIBLIOGRAFÍA

- 1.- DE BEAUVOIR, Simone.
La Vejez
Editorial Hermes., México., 1983., 680 p.
- 2.- DESROCHE, Henri
En el País del Kibutz
Editorial Proyección., Buenos Aires., 1960., 279 p.
- 3.- FERRINI, María Rita
Bases Didácticas
Editorial Progreso., México., 1981., 111 p
- 4.- FROMM, Erich
El Arte de Amar
Editorial Paidós., Buenos Aires., 1970., 155 p.
- 5.- GARCIA HOZ, Víctor
Principios de Pedagogía Sistemática
Ediciones Rialp., Madrid., 1960., 694 p.
- 6.- GUILLEN DE REZZANO, Clotilde
Didáctica General
Editorial Kapelusz., Buenos Aires., 1936., 211 p.
- 7.- HISTADRUT
La Histadrut y el Kibutz
Departamento Internacional de la Histadrut., Israel., 1990.
- 8.- KAHAN, Ari
Wulf Kahan, mi Padre
Coordinación Editorial SEPROSE., México., 1992., 252 p.
- 9.- KASTENBAUM, Robert
Vejez. Años de Plenitud
Editorial Harla . México , 1980. 70 p

- 10.- LLANO, Carlos
Las Formas Actuales de la Libertad
Editorial Trillas, México, 1983, 188 p.
- 11.- NERICI, Imideo
Hacia una Didáctica General Dinámica
Editorial Kapelusz, Buenos Aires, 1973, 541 p.
- 12.- NODARSE, José
Elementos de Sociología
Compañía General de Ediciones, México, 1976, 354 p.
- 13.- ROGERS, Carl
El Proceso de Convertirse en Persona
Editorial Paidós, Buenos Aires, 1985, 356 p.
- 14.- SANTILLANA
Enciclopedia Técnica de la Educación
Nuevas Técnicas Educativas, México, 1983, 425 p.
- 15.- SANTILLANA Diagonal.
Diccionario de las Ciencias de la Educación
Nuevas Técnicas Educativas, S.A., México, 1983, 1528 p.
- 16.- SELECCIONES del Readers Digest
El Gran Libro de la Salud
México, 1971, 900 p.
- 17.- SELINGER, Norberto
Memorias de un Hombre Fuera de Serie
México, 1985, 112 p.
- 18.- VILLALOBOS, Elvia Marveya
La Familia como Agente Educador
Ediciones Braga, México, 211 p.
- 19.- WOLTERECK, Hans
La vejez. Segunda Vida del Hombre
Fondo Cultura Económica, México, 1962, 190 p.
- 20.- Asilo de Ancianos, Casa de Reposo, Cuernavaca, Morelos.