

La longevidad

Gustavo Mariluz

Universidad de Buenos Aires, Argentina.

La longevidad, si bien es producto de la tecnología médica, es también resultado de la aplicación de la libertad que opera en contra del automatismo que nos comenta Simmel (2007) en su obra *Intuición de la vida*. El punto es que, de acuerdo a esta concepción que podríamos calificar de libertaria sin su sentido ácrata, vamos tomando conciencia de quiénes somos y quiénes podemos ser al cuidar nuestro cuerpo. Cada vez que consultamos al/a médico/a, cuando decidimos hacer una dieta hiposódica, baja en grasas, etc., ejercemos esa libertad que va en contra del automatismo del cuerpo que va en contra de la longevidad. Esta es el resultado de la acción del ser humano –vía tecnología médica y la decisión de su utilización– junto con la naturaleza y es también un éxito de la vida en tanto logra desplazar en el tiempo a la muerte. La longevidad, de acuerdo a esta argumentación, es más bien un producto social antes que una cuestión natural, aunque se debe precisar que no están ausentes las cuestiones genéticas. Nuestro interés se centrará en la producción social de la longevidad como resultado de la aplicación de nuevas tecnologías médicas y también como un producto de las políticas sociales.

El concepto de longevidad, en los últimos años, ha logrado desprenderse de cierto recubrimiento relativista. Hace doscientos años, ser longevo/a era ser un anciano/a de setenta años porque el promedio de vida definía como longevidad, la superación de ese umbral basado en el promedio de edad. Hoy, cuando la esperanza de vida supera, casi en todos los países desarrollados y en algunos como el nuestro junto con Chile, Uruguay y Cuba, los 78/80 años siendo un poco más alto en las mujeres, tomamos como longevo/a las edades que superan la base, reitero, la base de los 90 años siendo los/as centenarios/as los que más se ajustan a esta clasificación. En la Argentina residen, según el Registro Nacional de las Personas, alrededor de 15.000 centenarios de los cuales alrededor de 14.000 superan esa edad; los/as post centenarios/as.

No nos alcanza, para las ciencias sociales, conocer el dato demográfico, que, si bien es muy útil para la planificación e implementación de las políticas sociales, no nos dice mucho de esta cuestión, más allá del punto demográfico. Lo que debemos hacer es pensar, básicamente, qué significa ser longevo/a y en qué medida afecta a la sociedad.

Como resultado de la Transición Demográfica, en la que hay que destacar en esta oportunidad la longevidad (envejecimiento por la cúspide de la pirámide poblacional), comenzamos a dotar al envejecimiento y a la misma longevidad de connotaciones un poco contradictorias porque por un lado nos alegramos de que vivamos más tiempo, pero por el otro añadimos una preocupación más que sumamos el hecho de envejecer. Debemos decir que el envejecimiento individual no se vive en todos los organismos de la misma manera y que, debido al envejecimiento diferencial, resultado de nuestro curso de vida, cada uno/a de nosotros/as seremos viejos/as singulares atados/as a nuestra historia de vida y a nuestra singularidad. Se presentan en consecuencia

algunas cuestiones que pueden ser calificadas, aunque no en forma obligatoria, como problemáticas; la salud es una, la cuestión económica y previsional es otra, la familiar, la urbana y la existencial, se suman a estas.

Una de las primeras consecuencias que se desprenden de este fenómeno primeramente demográfico, es que ya no nos sirven las edades que utilizaban nuestros/as abuelos/as para designar la medida de la vida. Si la vida se alarga, este alargamiento impactará seguramente en el sistema estratificado de edades que adjudica a la vejez y a la *post* vejez, más tiempo que el otorgado a las otras edades. Asistimos, en consecuencia, a un alargamiento de una etapa de la vida que en el siglo XIX y gran parte del XX era la más corta. Hoy en día enfrentamos la posibilidad –quiero recalcar esta última palabra– de vivir más tiempo como viejos/as y longevos/as que adolescentes y adultos/as. Si la vejez se inicia cronológicamente a los sesenta años y podemos esperar vivir al menos hasta los noventa, e incluso superar esta edad, viviremos esta larga etapa de la vida de un modo que nuestros antecesores ni siquiera estaban en condiciones de pensar. Ya no nos sirve, entonces, entender a las edades, salvo quizás las edades más tempranas, como estados cronológicos que serán superados por otros estados, sino entender que la edad, además de ser una expectativa de rol, es una construcción compleja en donde interviene la biografía, el curso de vida, la historia individual y cultural y, obviamente, la historia corporal.

De este último argumento se desprende que, quizás, la definición de edad esté pronta a desaparecer en su sentido clásico porque solo es útil para todas las edades que no son la vejez. Si a cada edad se la superaba por otra edad, este argumento ya no es válido para las edades de las vejeces. No hablamos de una primera o segunda infancia como no hablamos de una primera juventud, en cambio sí hablamos de una tercera y cuarta edad y pronto hablaremos de una quinta edad ¿Qué quieren decir estos cambios en el lenguaje? Según mi proposición, quiere decir que el sistema estratificado de edades aún sigue siendo útil pero no ya como lo era antiguamente y que, además, el orden cronológico, solo tiene utilidad para el sistema formal social como la escuela, el ejército y el otorgamiento de derechos sociales. Los planes como la Asignación Universal por Hijo, los planes de lactancia, de cuidados de niños/as, etc., son planes sociales que se fijan con un criterio cronológico y lo mismo podemos decir de la política previsional; pero más allá de ello, hoy la edad cronológica, no nos está sirviendo para entender los cambios que se están dando en las edades.

Habíamos dicho que el tiempo era el responsable de marcar nuestro cuerpo, nuestra psiquis y nuestra conciencia ¿Cómo se dará, entonces, este proceso de marcación en cuerpos, conciencias y psiquis longevas? Esta es una de las preguntas que debemos hacernos y que cuesta mucho responder sencillamente porque no contamos con un caudal de investigaciones que nos brinden pistas para resolver la cuestión.

Una de las primeras marcas que podemos identificar, y que no se liga con las arrugas o con las canas, que se van profundizando a medida que nos vamos “longevizando” está representada por el sistema formal de la medicina. La concurrencia a los/as médicos/as, el consumo de medicamentos que llegan a configurar una polimedicación, el dinero que gastamos y que gasta el Estado en esta provisión, los horarios en que debemos tomarlos; antes de levantarnos de la cama, antes de desayunar, antes de almorzar, antes de dormir, etc., imponen nuevas rutinas a la cotidianeidad.

Otra marca que podemos detectar, y que veníamos arrastrando desde el inicio de nuestra madurez y que se profundiza en el inicio de nuestra vejez, es que nos vamos

quedando solos/as de nuestros afectos. A los noventa años, ya son muchas más las pérdidas de amigos/as, parientes y conocidos/as que a los sesenta. Si bien no estamos solos/as, por lo menos en nuestro país, porque estamos acompañados/as por nuestros parientes más cercanos, nos podemos sentir como que ya ha pasado nuestro tiempo y que estamos viviendo un tiempo de gracia, que no lo merecemos. Hay algo del orden de lo irreal en el sentido que, de jóvenes, pensábamos que no íbamos a vivir tanto tiempo, pero lo estamos viviendo. Como resultado del envejecimiento diferencial, es un poco audaz y atrevido realizar generalizaciones que nos sirvan para todos los casos, por eso se plantean intuiciones antes que explicaciones porque, lo sabemos, cada persona entrada en años y que supera los noventa, no vive su vida como la vivía a los sesenta, salvo algunas excepciones. La longevidad, entonces, no es tan fácil de abordar analíticamente como lo son otras edades.

La vida de todos los seres humanos adquiere, en la mirada del Otro y principalmente en la del investigador/as, un modelo biográfico que tiene cierta relación con una etnografía de la vida cuando se la estudia académicamente. Se estructura como una biografía que debería ser analizada en términos positivos, pero también negativos para no caer en un romanticismo ingenuo que nada nos aporte.

Si la corriente de la vida nos trae tanta felicidad como amargura, eso quiere decir que, en la longevidad, también pueda suceder esto o quizás no porque la consideración de los hechos que nos alegraban o nos entristecían, han cambiado, pero esto es un tema que debe ser abordado por la psicología del envejecimiento ya que las ciencias sociales y la filosofía no son tan idóneas para ello.

Entender la vida desde la biografía nos permitiría, como se dijo, hacer una etnografía de la vida. En ella, el imaginario construido simbólicamente desde una concepción personal e institucional del tiempo se liga con el sentido que cada ser humano les ha dado a las experiencias vivenciales por las que atravesó; estas experiencias vivenciales son experiencias y vivencias interiores de cada individuo. En ese imaginario:

se define un espacio-tiempo experiencial socialmente construido y compartido, cuyos marcos constituyen un punto de referencia que trasciende los acontecimientos y hechos objeto de recuerdo. El tiempo se pliega sobre sí mismo, de tal forma que en la narrativa biográfica, la percepción temporal no es una flecha que comienza en el pasado y se extiende recta hacia el futuro; sino que es un constante retorno, es la construcción del pasado sobre el presente, del presente desde el pasado, que da cuenta del proceso de envejecimiento y de la construcción constante de identidad de ser mujer mayor y de ser hombre mayor. Se produce una reestructuración del tiempo con base en el tiempo que queda por vivir producto de la mayor longevidad, sin perder de vista, la diacronía pretérita. La conciencia de la noción de edad y la perspectiva de autoconstrucción del ciclo vital, no ocurre hasta la edad adulta. Ahí se logra una perspectiva general del curso de la vida interpretando un pasado, experimentado en presente y prediciendo un futuro, un futuro cada vez más extenso (Osorio, 2006: 13).

Lo que nos dice Osorio es que así se va constituyendo la conciencia de la longevidad y que es única en la historia de vida de cada longevo/a.

Desde el punto de vista de la teoría sociológica, la longevidad supone, también, nuevos desafíos que logran impactar en conceptos que se encontraban ya

consolidados. El envejecimiento y la longevidad suponen mayor experiencia de vida –aunque no saber– en el sentido de que son muchas las experiencias por las que atraviesan los/as longevos/as. El estudio de la longevidad, no es estrictamente cronológico, es una realidad social sujeta a experiencia.

Nosotros/as, como seres humanos, incorporamos la longevidad a nuestra conciencia desde la experiencia y vivencia del mundo. Como resultado de nuestra evolución, nos dirá Bergson (2007), estructuramos estas experiencias y vivencias como parte de la cotidianidad; pero estas experiencias y vivencias, para que obtengan un sentido social, deben formar parte del proceso de socialización, aunque no dependan de éste ya que, de ser afirmativo, no se podrían procesar las experiencias novedosas. No obstante, la longevidad nos proporciona el dato de que nunca se acaba el proceso de socialización porque cada persona vieja que es longeva, está sometida a nuevos estímulos que se acumulan y se sedimentan en estímulos previos que han quedado como recuerdo. El hecho de enfrentar la longevidad y saber que la muerte está próxima a advenir, incluso como una sombra silenciosa, son fenómenos y experiencias que, si bien se viven en el interior de cada uno/a, forman parte de los fenómenos sociales toda vez que le ocurren a personas socializadas e integrantes de una sociedad y de una comunidad familiar o una comunidad de retiro.

La longevidad, ahora como hecho concreto y no como esperanza, hace que exista una distancia cada vez mayor entre la adultez y la muerte y por ello, las fronteras entre las edades cronológicas de la adultez, no parecen ser muy eficaz para entender el fenómeno que estamos analizando. Neugarten (1999) nos dice en su libro *Los significados de la edad* que, en la sociedad venidera, “la edad será un concepto irrelevante”, ella no nos sirve para distinguir entre personas adultas, personas mayores, personas muy mayores, etc. La edad cronológica, en la Gran Vejez, ya no porta la expectativa de rol que portaba antaño y no nos sirve para decirnos algo sobre la capacidad intelectual, las actitudes, los intereses, etc., que poseen estas personas. Es el cuerpo, sus marcas y sus enfermedades, quienes, porque impactan en nuestra autonomía personal, nos brindan más información que la edad. La longevidad, desde este marco, homogeniza por un lado la cronología, pero mantiene y profundiza la heterogeneidad existencial.

Vulnerabilidad

Un tema que no podemos soslayar en el abordaje de la longevidad, es el tema del aumento de la *vulnerabilidad*; cuanto más tiempo estemos vivos/as más probable es que surja algún tipo de discapacidad motora, funcional o cognitiva. El aumento de la vulnerabilidad personal tiene consecuencias primero familiares y en segundo lugar sociales.

El impacto familiar se da porque se resienten las responsabilidades de cuidado. Una persona longeva, en general, ha enviudado ya que, como bien sabemos, es una cuestión de género que, para mayor complicación, se heterogeniza en la cumbre de la pirámide poblacional. Si tomamos la edad que va de los sesenta hasta los noventa y cinco, veremos una predominancia de género que se conoce como *matrifocalidad* y que alude a la mayor proporción de mujeres viejas que hombres viejos, pero, superado este umbral, parece ser que los números empiezan a emparejarse incluso con una

predominancia masculina. En los próximos censos poblacionales tendremos oportunidad de ver cómo se da este fenómeno ya que se fortalece la categoría más de cien años.

Pasado el umbral de los noventa y cinco años, para fijar una edad cronológica que es útil a estos efectos, notaremos que estos/as viejos/as han enviudado debiendo ser cuidados, en primer término, por su cónyuge si está viva, por su hija mujer que es, a la vez, una persona que supera los sesenta años, incluso los setenta y que, quizás deba cuidar a su marido. Esta mujer, se ve así sometida a una doble presión; por un lado, la responsabilidad de cuidar –y educar– a sus nietos/as, función que les otorga alegría y felicidad, y la responsabilidad de cuidar a su marido, padre o madre que es una función para la que no estaba preparada y que, además, la frustra.

El cuidado de los/as nietos/as no solo produce alegría sino orgullo porque ellos/as sobrevivirán a sus abuelos/as cuidadores/as, pero el cuidado de un familiar longevo no desemboca en nada agradable porque ese cuidado extremo, que se brinda en forma diaria y permanente, es prolegómeno de la muerte que se avecina. Suele aparecer, en consecuencia, el síndrome de *burnout* que dejará sus secuelas.

Con la profundización de la enfermedad, la persona puede ver cercano su fin y esto disparará conciencia sobre él/ella lo que será vivido en forma diferencial por cada uno/a de nosotros/as. Saber que vamos a morir después de una larga vida, será la última experiencia y no se puede transmitir. La vida, desde la longevidad próxima al deceso, adquiere otros sentidos, así, en plural.

Esperanza de vida

El aumento de la esperanza de vida al nacer no es como se suele pensar una esperanza alentadora ya que no nos dice mucho sobre la calidad de esa vida que viviremos.

La esperanza de vida al nacer es el número de años que una persona *puede* esperar vivir y, como ya sabemos, depende de muchas variables y dimensiones como el lugar donde vivimos, el acceso a la salud, la alimentación, el consumo de tabaco, de factores heredados, etc. La fórmula es la siguiente:

$$Ex = Tx/Lx$$

en donde Ex es la esperanza de vida a la edad x, en este caso 0 años, Tx es el número total de años de vida desde la edad x y Lx son los supervivientes en la edad exacta x.

La esperanza de vida sana, por su parte, es el número de años que se espera vivir sin padecer enfermedades o discapacidad y es la medida más usada para valorar las características de mortalidad de una población; pero este indicador es muy complejo y se llega a subdividir en doce tipos de esperanzas de vida saludable:

- Esperanza de Vida Libre de Enfermedad Crónica (EVLEC)
- Esperanza de Vida en Buena Salud Percibida (EVBS)
- Esperanza de Vida Libre de Discapacidad (EVLD)
- Esperanza de Vida Libre de Discapacidad Severa (EVLD1)
- Esperanza de Vida Libre de Discapacidades que necesitan Ayudas (EVLD2)
- Esperanza de Vida Libre de Discapacidades para las Actividades Básicas de la Vida Cotidiana (EVLD3)

- Esperanza de Vida Libre de Discapacidades de Movilidad (EVLD4)
- Esperanza de Vida Libre de Discapacidades de Autocuidado (EVLD5)
- Esperanza de Vida Libre de Discapacidades para realizar las Tareas del Hogar (EVLD6)
- Esperanza de Vida Libre de Discapacidades de Visión (EVLD7)
- Esperanza de Vida Libre de Discapacidades de la Audición (EVLD8)
- Esperanza de Vida Libre de Deficiencias Osteoarticulares (EVLD9)

Como se puede apreciar, la sofisticación estadística se da en base a la diferencialidad de los casos a los que conduce la longevidad y en cómo hay mayor diferencialidad según las discapacidades.

Abonando lo dicho, todas las fórmulas que indican la Esperanza de Vida, son positivas; aumenta la esperanza de vida al nacer y también aumenta la esperanza de vida a los diez años, a los treinta y a los cincuenta. Cabría saber, dato que no pude obtener, cual es el sector etéreo que presenta la mayor proporción de años sumados y cuántos de esos años son años de vida sana, pero sabiendo que es difícil la comparación porque, cuando somos niños/as, tenemos muchos años por delante en cambio cuando somos viejo/as, cada año que sumemos, es un año de apreciación diferente a cuando éramos niños/as; esta es otra dificultad que supone el estudio de estas cuestiones.

Decía que todo no es alentador con el tema de la esperanza de vida y la longevidad ya que sabemos que muchas veces, estos años artificiales son más una carga que una bendición. En este punto, rozamos cuestiones que son propias de la bioética y que se relacionan con el encarnizamiento terapéutico y con la prolongación artificial de la vida (distanasia). Cada vez es más frecuente escuchar frases como las siguientes:

- No, mi papá estuvo muy mal. Después del ACV nunca se recuperó y yo lo veía tirado, siempre en la cama. Él quería morirse.
- Yo no quiero ser una carga para mis hijos, si me quedo así como *le/la*, mejor me muero.
- Hay momentos en que lo mejor es morir que vivir.

Estos testimonios son muy importantes para este trabajo porque nos indica que la vida no vale por sí misma, aunque no podamos afirmar lo contrario, sino que la vida vale vivirla en determinadas condiciones que son definidas por cada uno/a de nosotros/as y todas ellas merecen ser respetadas; llega un momento de nuestra vida en que nuestro cuerpo y nuestra conciencia nos dice que ya hemos vivido lo suficiente, concepto que se debe abordar desde una perspectiva de respeto antes que valorizarlo. Los debates sobre la eutanasia, entonces, parecen ser el camino más idóneo para resolver esta cuestión que se irá transformando más importante a medida que aumente nuestro tiempo de vida en esta tierra.

El aumento de la vida es uno de los nuevos fenómenos sociales que estamos viviendo, al menos en esta parte del planeta. La prolongación de la vida no solo tendrá un impacto en los sistemas previsionales y su financiación, sino que impactará en todas las edades alargándolas y creando nuevas expectativas y nuevas necesidades. Algunos de estos impactos afectarán:

- El modelo de maternidad y paternidad: las madres y los padres serán mayores a los de sus sucesores/as. Si en los años 50 las mujeres se casaban a los

veinte años y tenían su primer hijo a los veintiuno o veintidós, ahora lo tendrán superados los treinta o treinta y cinco años lo que impactará más profundamente en el descenso de la tasa de fecundidad y en la familia produciendo un aumento de la tasa de dependencia total por la poca cantidad de hijos.

- El modelo educativo: ya no tendremos una sola edad para aprender y graduarnos lo que supone un aprendizaje a lo largo de la vida, incluso aprenderemos cosas útiles para nosotros/as que no se vinculen con el orden productivo de la vida.
- Las viviendas: a medida que vayamos envejeciendo necesitaremos viviendas adecuadas y servicios domésticos que nos provean lo que no podremos proveernos por nosotros/as mismos/as. La casa única, habitada por una sola persona, no parece ser el modelo que prevalezca. Casas inteligentes, viviendas comunitarias, etc., suelen ser los modelos que se están pensando.
- Los servicios de cuidado: ante la longevidad, se deberán prestar servicios de cuidado de baja densidad y de alta densidad que no podrán ser resueltos por la familia. Acá será importante la acción del Estado, sobre todo el Estado municipal por la proximidad geográfica. El mercado podrá suplir alguna falencia, pero no todas y, además, su costo no podrá ser cubierto por todas las familias.
- Las familias: cada vez será más frecuente, encontrar familias plurigeneracionales en donde convivan niños/as recién nacidos/as con longevos/as. Esto puede ser un modo de transmisión tradicional mucho más eficaz que el de antaño porque estos niños/as podrán interactuar directamente con sus bisabuelos/as y tatarabuelos/as que han sido los actores y actrices de los eventos que estudian en el colegio.
- Los servicios: ante el surgimiento de nuevas necesidades, deberán proveerse servicios en relación a la higiene de la vivienda, provisión de alimentos y de medicamentos, de recreación, etc. En este aspecto como en el del cuidado, es imprescindible la injerencia del Estado para garantizar el cumplimiento de los derechos asignados en la Constitución y en todos los protocolos que se han firmado y que se agrupan indistintamente en los Derechos de la Tercera Edad.
- Las ciudades: el entorno urbano deberá adecuarse a las nuevas realidades. Se deberán armonizar las calles, los letreros, la higiene, etc., para que las personas longevas no sean encerradas en su domicilio porque no pueden salir porque la ciudad no las cuida ni las respeta. No solo se deberán destinar recursos para la adecuación de las viviendas sino también adecuar la ciudad para la circulación de ciudadanos/as longevos/as. Los semáforos deberán entender que una persona de noventa y cinco años que conserve su autonomía, no puede cruzar una avenida a la misma velocidad que uno de treinta. También se deberá mejorar el arreglo de las calles rotas para que personas con movilidad reducida –bastón, andador, silla de ruedas– puedan ejercer su derecho a la movilidad.
- El servicio de salud: se deberá promover un servicio de salud que incorpore y no rechace la demanda que supone la longevidad.
- El sistema previsional: debido a la Transición Demográfica y el aumento de los años de vida, es probable que pasemos más tiempo como jubilados/as que

como trabajadores/as lo que impacta en el déficit de los sistemas de jubilación. Los Estados, nuevamente, deberán tomar acciones que impidan el desfaldo de estos sistemas asegurando una renta digna de acuerdo a los aportes que se han realizado. Se podría pensar en sistemas mixtos entre el reparto solidario y un régimen de capitalización teniendo extremo cuidado con estos últimos debido a las falencias que ya han mostrado en su diseño e implementación. Las administradoras de fondos jubilatorios no pueden ser solo un negocio, deben contar con un espíritu de solidaridad etérea para que sean eficaces, si son solo negocios, ya sabemos cómo termina esta película.

- Recreación y divertimento. Uso del tiempo libre: si bien no sabemos mucho sobre este tema en los/as longevos/as, no por ello debemos pensar que no son aptos/as para el entretenimiento y diversión. Los usos terapéuticos del tiempo libre son una opción, pero seguramente, si destinamos recursos, habrá otros modelos de recreación y divertimento que pueden ser utilizados por estas personas.

La conciencia de la longevidad

Un aspecto que merece especial atención es la conciencia de la longevidad. Al parecer, los grupos de edad más jóvenes no han tomado conciencia del mundo y de la vida que les espera. La juvenilización del mundo es un proceso que se inició alrededor de los años sesenta en occidente. De la mano de la llamada “revolución de los jóvenes”, el fortalecimiento del rock, la aparición de The Beatles, la minifalda, la incorporación de la mujer al mundo del trabajo, la planificación familiar gracias a las pastillas anticonceptivas, etc., el mundo asiste a una valorización un poco ingenua, e interesada, en las edades jóvenes. A medida que la sociedad envejece, contrariamente, comienza una especie de culto a la juventud.

Este culto, sin embargo, presenta algunas características que se deben mencionar. Por un lado, es un falso culto que oculta el hecho de que la persona joven, de seguir viviendo, envejecerá y por eso este culto está dotado de una falsedad. *La condición de joven no es duradera*. Lo que reclama un/a joven se pierde un poco cada día porque él o ella misma están envejeciendo, están dejando de ser jóvenes. Su reclamo tiene fecha de caducidad. Transforman una situación efímera y caduca por el tiempo en una condición permanente lo que a todas luces es falso. Los que hoy reclaman cambios en breve reclaman tradiciones.

Por otro lado, este culto persigue un ideal imposible de alcanzar que es retrasar el envejecimiento como si esto fuera posible. A temprana edad, las mujeres comienzan a utilizar cremas *anti-age*, los varones se pueden hacer cirugías estéticas, los dos sexos ingieren medicamentos preventivos del envejecimiento, etc., todos recursos que la medicina profesional rechaza por su ineficacia. El objetivo de retrasar el envejecimiento y eternizar la juventud está destinado al fracaso. Tenemos edades que no aceptamos.

Por el contrario, si tomáramos conciencia cuando somos jóvenes de que viviremos algunos años más que nuestros padres, podría cambiar nuestra expectativa de futuro y nuestras inversiones existenciales; quizás sea más importante asegurar una vivienda para toda la vida que conocer Miami o París, quizás pueda elegir mejor mi

capacitación sabiendo que tengo cuarenta años por delante para ello, quizás entiendo que el amor que hoy me carcome el corazón, no sea el amor con el que termine mi vida, etc. La conciencia de la longevidad nos hace ver que la vida no se acorta en breve, sino que es un largo y sinuoso camino que estamos obligados/as a recorrer y que en él ocurrirán eventos esperados, pero también novedosos y es preciso que atesoremos recursos en nuestra “edad productiva” –esta misma noción queda desactualizada con la longevidad– para que sean consumidos cuando sean necesarios: la vivienda, la construcción de relaciones y de redes de solidaridad, la formación continua, el cuidado del cuerpo y de la salud son algunos de estos recursos. La longevidad no es solo una cuestión estadística porque no hay garantía de ella sino que debemos ganárnosla. Significa algo más que cumplir años. Cambia de manera profunda nuestra relación con la existencia; la alarga.

El primer impacto es que permite que varias generaciones coexistan de forma diacrónica y sincrónica; por un lado, habitamos un mundo plurigeneracional en donde se evidencia, cada vez con más fuerza, el envejecimiento poblacional y la longevidad y, por el otro, convivimos en nuestra familia, en nuestro edificio, en nuestro barrio/ciudad, con esas personas viejas y longevas. Hoy día asistimos al siguiente fenómeno. Podemos cruzarnos en una plaza, en el supermercado o en el consultorio médico con una persona que sobrevivió al holocausto de la II Guerra Mundial, a alguien que haya participado del 17 de octubre de 1945, podemos hablar con un televidente testigo que vio en directo y en blanco y negro como en el año 1969 Neil Armstrong pisó la luna, que llegó en un barco a la Argentina, que hizo la primera casa del barrio, que cocinó con leña, que sabe hacer flan y pan, que habló por teléfono a disco, que utilizó teléfono público, que nunca se hizo una radiografía, etc., y que ahora tiene una cuenta de correo electrónico, maneja redes sociales y sigue haciendo flan o guardando los fósforos para ahorrar. En muy pocos años para la historia de la humanidad, han acontecido múltiples eventos que son atesorados en la memoria de estas personas que caminan las mismas calles que nosotros que solo sabemos de esos eventos por libros o documentales. Estas personas que hoy son jóvenes, serán los/as longevos/as del mañana: “las cronologías chocan sin ningún vínculo evidente entre sí” (Bruckner, 2021: 28).

La longevidad permite atesorar en un extremo de la vida, todos los roles que hemos cumplido. Un joven, por ejemplo, aún no ha sido viejo, abuelo, jubilados, etc., un/a viejo/a longevo/a, por el solo hecho de serlo, ha cumplido más roles que el/a joven y si bien esta particularidad no debe ser asociada con la sabiduría sí podemos afirmar que es acumulación de experiencias, sobre todo, de experiencias existenciales. La vejez es el cofre de la existencia.

Solemos escuchar en la voz de personas que desconocen los fenómenos sociales frases como “la vejez es la ausencia de proyectos” como si la vida misma no fuera el principal proyecto que deba encarar un ser viviente. Lo que se debe comprender del modo más claro posible, es que la mayoría de los proyectos se inician con la juventud y se consolidan con la adultez; la compra de una vivienda, el título de grado, la adquisición de saberes que nos posibilitan producirnos en la vida, tener descendencia, etc., estos objetivos logrados en estas dos etapas son conservados/consolidados en la vejez; los nuevos proyectos son, en realidad, continuación de aquellos ya consolidados y que podemos enumerar, muy básicamente, como mejorar un poco la salud y, en el caso de la Argentina, conservar los lazos familiares, de tal manera que

entender a la vejez como la ausencia de proyectos es no solo poseer una mirada juvenista, sino desconocer la gramática y la semántica, si la tuviera, del envejecimiento y la longevidad. La frase popular que mejor representa mi argumento es “este es el primer día del resto de mi vida” porque se toma conciencia de que lo que queda es un “resto” de tiempo. El envejecimiento y la longevidad no significan la anulación de proyectos a futuro, sino que, como el futuro que se espera es más corto en términos cronológicos, no amerita la producción de proyectos en la misma cantidad y al mismo ritmo que la juventud y la adultez; la juventud que tiene enfrente “mucho” futuro debe, imperiosamente, proyectarse.

La conciencia de la longevidad conlleva modificaciones durante el curso de la vida con consecuencias existenciales.

Cuando la vida no llegaba a extenderse a muchos años, el ser humano podía proyectarse sabiendo que era posible cumplir sus objetivos porque estos eran los tradicionales: estudiar, salir de la casa paterna/materna, casarse, tener hijos/as, etc. Con la extensión de la vida, esos objetivos se cumplen cuando aún no se tiene ni siquiera la mitad de la vida en términos cronológicos lo que significa un cambio profundo en nuestra situación y en nuestra expectativa existencial. En 1960 la expectativa de un hombre era, para la Argentina, de 62 años y en el 2019 de 73 lo que equivale a una ganancia de 11 años en un lapso de 59 años. Lo que se proyecta con una esperanza de vida de 60 años difiere de lo que se proyectará cuando se piensa que se vivirá hasta los 80. Ante esta nueva realidad, cabe preguntarnos si estamos preparados/as para ello.

La longevidad nos obliga a pensar qué haremos una vez que nos desvinculemos o nos desvinculen del mundo del trabajo, que era el viejo articulador social. Si en el mundo del fordismo la jornada laboral organizaba el día, la semana y el año, al disponer de más tiempo como jubilado/a que como trabajador/a, evidentemente deberemos organizar nuestra existencia de un modo diferente a antaño. Se trata en consecuencia de tomar conciencia de que la longevidad implica un desafío existencial que es inevitable y que debemos abordar en algún momento de nuestra existencia.

La longevidad entraña, además, una especie de insurrección, una rebelión contra la muerte ya no por el lado de la persona longeva –aunque esto se pueda dar– sino, en general, por aquellos/as que son los/as testigos de la longevidad. Si sabemos que una conductora y actriz logra seguir trabajando después de los noventa años, si sabemos que famosos músicos de rock aún siguen haciendo giras internacionales rondando los ochenta años, si poetas, pintores, escultores/as, siguen produciendo sus obras a edades muy avanzadas, nos indican que nosotros/as también podemos llegar a esa edad aún sin saber cómo llegaron ellos/as.

La filosofía transhumanista (Piedra Alegría, 2017) nos justifica esta especie de insurrección porque propone retrasar el envejecimiento y hasta la muerte mediante la cibernética y los adelantos científico-técnicos. Desde esta mirada extremadamente simplificada por el discurso estandarizado y lineal de los *mass media* que no logran la profundidad que amerita el tema, se desplaza la enfermedad y la muerte como fenómenos naturales adjudicando o bien responsabilidades individuales o al fracaso de la ciencia. La muerte ya no es el final normal de la vida sino el fracaso de la terapia y queda, en los supervivientes, la idea de que, si hubiera habido más tiempo “hubiéramos encontrado la cura” porque impregnamos en un futuro idílico, potencialidades que, en realidad, son un desastre humanitario ¿qué mundo

habitaríamos si los/as centenarios/as y los/as post centenarios/as superan el 30% o el 40% de la población de una región, una provincia o un país? ¿Están el Estado, las ciudades, el sistema médico, las familias y nosotros/as mismos/as preparados para una revolución demográfica y humana de estas características? Podríamos estar, entendiendo la metáfora, a las puertas de una “segunda creación” debido a que, en virtud de la aplicación de tecnología médica, la muerte que debió de haber acontecido, no aconteció de tal manera que el tiempo que nos queda, es un tiempo de más que no hubiera ocurrido de no mediar esta tecnología. Podríamos decir que tendríamos que haber muerto, como si hubiéramos tenido un accidente, pero no morimos porque nos salvaron, tenemos una segunda oportunidad. La ciencia médica parece que nos autonomiza de la naturaleza, pero no es verdad porque en algún momento moriremos. Estamos expuestos/as entonces, a una especie de mentira-falsedad que nos indica que podemos superar lo que algún día nos atraparé porque de lo que se trata no es de eliminar la muerte de la vida sino de alargar una y retrasar a la otra; lo que no percibimos, porque la sociedad no ha debatido el tema aún y no ha tomado conciencia, es desde que este logro –prefiero definirlo así– no es neutral y trae consecuencias sociales de impactos profundos.

Expectativas

El transcurso de la vida, en general, admite determinadas normas que son el origen de las expectativas que se ponen a disposición para la sociedad y cuyo objetivo es predecir ciertas conductas y, de esa manera, hacer más eficaz los dispositivos de dominación hegemónicos. La edad y el género son fenómenos sociales que son resultado de estas expectativas. Podemos decir que las normas que fundan estas expectativas son como una especie de manual operativo que nos indica y le indica a la sociedad lo que está bien hacer y qué no.

Encaramos nuestro proyecto existencial y nuestro curso de vida, porosos y sensibles a estas normas que son como una guía, nos gusten o no; las aceptamos o nos rebelamos contra ellas, pero no las podemos negar. La longevidad pone en evidencia no solo la naturaleza de estas normas sino su artificialidad ya que no existen, salvo las asociadas directamente al rol en la vejez, normas para transitar la longevidad. Al ser un fenómeno novedoso en la historia de la humanidad, no hay pistas para vivir esta experiencia. Los/as longevos/as se encuentran viviendo en un mundo vacío de normas adecuadas para ellos/as y deben ajustar su conducta a las viejas normas heredadas que en muchos casos han quedado obsoletas no por ser ineficaces –al fin y al cabo, fueron lo suficientemente eficaces como para permitirles llegar a esa edad– sino por estar desactualizadas. Obsolescencia y desactualización son dimensiones que impactan en la vida de los/as longevos/as.

Inmortalidad

Lo que podemos decir en este aspecto es que la longevidad ha sido un sueño recurrente en la mentalidad occidental, pero, como un sueño, se ha quedado estancado en una dimensión ideal alejada totalmente de la realidad. La literatura y

quizás la pintura se han animado a explorarla y, en forma general, no han elaborado productos felices. El cuento de Jorge Luis Borges titulado “El inmortal” nos dice que los que encontraron la fuente de la juventud y se volvieron inmortales, se convirtieron en trogloditas.

Hoy la tecnología médica y la responsabilidad individual –porque la tecnología está allí, pero si no la utilizamos no cumple su objetivo– nos permiten superar el techo de la vida y podemos aspirar a vivir muchos años más que nuestros padres y nuestras madres; de la misma forma, nuestra descendencia vivirá seguramente muchos años más que nosotros/as y ya no es un sueño, sino que es una realidad. El problema que se presenta es que no estamos siendo conscientes de ello y esta falta de consciencia se traslada al Estado. El punto crucial de este argumento es que, al no tomar conciencia de nuestro futuro, no estamos construyendo las condiciones para que ese futuro que llegará, cuente al menos con los recursos básicos, principalmente en infraestructura y en servicios, para que podamos vivir lo que nos resta, que seguramente será mucho más de lo que pensamos, de una manera digna.

Cuando ya hemos cumplido los años que nos definen y nos designan como longevos/as, seguramente hemos atesorado recuerdos, objetos y emociones de los que nos cuesta desprendernos.

Decía que con la longevidad no se acaban los proyectos, sino que se conservan los logros en la medida de lo posible. La casa se puede ir deteriorando por falta de mantenimiento, los enseres domésticos quedaron obsoletos y, además, es difícil que los usemos, nuestra ropa no responde a los cánones de la moda actual, etc. Los proyectos que sostenemos en la longevidad se relacionan más estrechamente con conservar lo obtenido que en conocer lo novedoso. Hay tanta riqueza atesorada en nuestro pasado que no nos estimula mucho la novedad, salvo la relacionada con la familia y con nuestra salud. La comida que comimos, las canciones que hemos escuchado y que hemos cantado, los programas de TV, la radio, etc., se han sedimentado en nuestra memoria y se van renovando en y con el recuerdo.

Si queremos escuchar música, optaremos seguramente por una canción que nos retrotraiga al pasado antes que escuchar una nueva y esto se debe a varios motivos; uno de ellos está conformado por el hecho de que nuestro oído y nuestra sensibilidad musical responde a parámetros sonoros con los que nos socializamos. En nuestra juventud nos disponíamos a escuchar todo un disco, hoy en día, la música que pasa por nuestros auriculares, nos entretiene de un modo diferente al pasado.

Los parámetros de la sensibilidad se han introyectado en nosotros/as conformando una unión difícil de disolver. Nuestra memoria se acostumbró a los sonidos del pasado, a las voces de esos/as cantantes, al timbre musical de los instrumentos no digitalizados y el sonido, como los aromas y ciertos colores, funcionan como estimuladores mnémicos que nos trasladan a otro tiempo. Las personas que hoy tienen noventa años, bailaban con las orquestas en vivo y al aire libre lo que configuraba otro tipo de experiencia quizás más directa que la que se vive ahora. Lo dicho, obviamente, no abona ninguna valoración sino es tan solo una descripción para poder entender el mundo y la temporalidad en la que se vive la longevidad.

Lo que ha sucedido en el tiempo es que ha cambiado cierta forma de sensibilidad y de apreciación artística, periodística, televisiva y hasta gastronómica. Si bien hay un arte trans-histórico, no es el que se difunde por los medios, antes bien, es un arte comercial que se diluye con la moda.

Debemos entender que, en una gran proporción, las personas longevas no poseen la autonomía que posee una persona vieja. En este apartado hemos decidido autonomizar el concepto de longevidad del concepto vejez para un mejor tratamiento, pero se debe decir que ser longevo es ser viejo/a, pero con muchos más años y todo lo que ello implica.

Las personas viejas prefieren conservar y recuperar lo que está en su pasado porque eso los fortalece y los confirma en su identidad y no rechazan los usos de la juventud, sino que no los eligen porque poseen otros usos que los vienen acompañando desde su propia juventud. Saben dónde depositar su confianza como así también saben en que no pueden confiar. Sus certezas se basan más en lo conocido que en lo por conocer.

El tiempo y el uso del tiempo en la longevidad pierde parte de su carga y de su sentido. En la juventud, cuando hay que hacer de todo y todo, el tiempo está cargado de responsabilidades; horarios, rutinas y, sobre todo, movilidad y dinámica.

Cuando somos jóvenes y adultos, el tiempo es el recurso que nos permite hacer y hacernos. Las cosas se proyectan porque hay tiempo y muchas veces creemos que el día es demasiado corto para hacer todo lo que tenemos que hacer. El filósofo coreano Byung Chul Han (2015) nos habla de que el tiempo se ha “acelerado”, en la longevidad, sucede lo contrario.

En la longevidad el tiempo parece haberse detenido. La hora sigue teniendo sesenta minutos, pero el uso y la disposición que tenemos, ya no es la de antaño. Nuestra cotidianeidad se ha rutinizado por demás. Toda cotidianeidad de las personas que no son longevas y que además trabajan y/o estudian, se aprovechan de la rutina para poder disponer de tiempo libre para el ocio y la recreación, pero en la longevidad no es así; en ella, la cotidianeidad es pura rutina signada por nuestra condición. Los eventos de la vida diaria son los que nos ordenan el día: el desayuno, la ingesta de medicamentos de la mañana, el ocio hasta la hora del almuerzo, otros medicamentos, la posibilidad de alguna siesta o charlar mientras escuchamos radio o TV, esperar la hora de la merienda porque debemos hacer las cuatro comidas y, finalmente la cena y los medicamentos antes de dormir. La vida de las personas longevas y vulnerables, está extremadamente rutinizada y en las llamadas Instituciones Totales (Goffman 2001) mucho más.

Las veinticuatro horas que tiene el día, ahora nos parecen extremadamente extensas y vivimos nuestra temporariedad como una extensa línea recta y silenciosa solo perturbada por la rutina alimentaria, la higiénica y la farmacológica. Los únicos recursos de los que disponemos para conjurar esta rutina son los afectos que nos quedan y los recuerdos. Estos son los dos grandes tesoros que se valorizan a medida que pasan los días.

Salida

Estamos viviendo muchos cambios y en forma acelerada, pero el sol gira sobre su propio eje en veinticuatro horas y un ratito y vuelve a la misma posición en trescientos sesenta y cinco días. Hay un Eterno Retorno que impacta en nuestro cuerpo, en nuestra psiquis y en nuestro ser social; es el envejecimiento.

Hoy día estamos en condición de vivir más que nuestros padres y madres y mucho más que nuestros abuelos y abuelas que seguramente conocimos y de los que tenemos recuerdos. El envejecimiento y la longevidad entrañan un fenómeno novedoso que amerita su abordaje con mayor seriedad con la que se hace en virtud de varias cuestiones que sería engorroso enumerar pero que la mayoría conoce debido a su propia experiencia de vida.

De nosotros y de nosotras dependerá abordar estas cuestiones porque lo primero es tomar conciencia de que estamos envejeciendo y que, de no fallecer, seremos longevos/as.

Bibliografía

Bergson, Henri (2007). *La evolución creadora*. Cactus.

Brukner, Pascal (2021). *Un instante eterno. Filosofía de la longevidad*. Siruela Grupal.

Goffman, Erving (2001). *Internados. Ensayo sobre la situación social de los enfermos mentales*. Amorrortu.

Han, Byung Chul (2015). *El aroma del tiempo*. Herder.

Neugarten, Berenice (1999). *Los significados de la edad*. Herder.

Piedra Alegría, Jonathan (2017). Transhumanismo: un debate filosófico., en *Praxis. Revista de filosofía*. N° 75. Enero-junio de 2017.

Simmel, Georg (2007). *Intuición de la vida*. Prometeo.