

EL ENVEJECIMIENTO DEMOGRÁFICO: ESTEREOTIPOS, PREJUICIOS, MITOS Y OPORTUNIDADES

DEMOGRAPHIC AGING: STEREOTYPES, PREJUDICES, MYTHS AND OPPORTUNITIES

Rafael Puyol¹

1. UNA ACLARACIÓN TERMINOLÓGICA

La población no envejece; lo hacen las personas que la componen. Pero por simple conveniencia hablamos de envejecimiento de la población cuando los individuos de una determinada edad rebasan un porcentaje concreto de la población total. Se trata de una definición puramente estadística que nada o poco tiene que ver con otras acepciones de la edad ya sean de naturaleza laboral o mental. Los umbrales que suelen utilizarse en esta definición estadística son: en cuanto al porcentaje el 10 o el 15%. Y en cuanto a las edades los 60 y mucho más los 65 años, aun cuando estos umbrales Fijos empiezan a no satisfacer porque ya no definen la edad a la que una persona comienza a ser realmente vieja. Frente a este concepto relativo está el de la longevidad que es una noción absoluta. Hace referencia a la larga vida que, hoy por hoy, tiene un límite máximo en todas las especies. La medusa «turriopsis nutricula» es el único ser orgánico vivo en el que se parece ha podido demostrar la inmortalidad biológica. Todas las demás son especies mortales aunque hay algunas que han alcanzado una gran longevidad. Una esponja gigante encontrada en la Antártida alcanza más de 10.000 años y un abeto localizado en un área montañosa sueca los 9500 años. En nuestro mundo animal la especie humana se

¹ Presidente de la Real Sociedad Geográfica. rafael.puyol@unir.net

encuentra en la mitad de la tabla de la longevidad. Una especie de almeja ha llegado a vivir más de 500 años, la ballena boreal 200 años, la tortuga hasta 180 años. Son más de los 122 años que ha alcanzado hasta ahora la decana de la humanidad, la francesa Jeanne Calment que ha vivido 122 años, 5 meses y 14 días. Por cierto, la persona viva más longeva en la actualidad es la española María Branyas con 116 años, muchos más que los que alcanzan los elefantes (80 años), los monos (25 años), las vacas (22 años) o los gatos y los perros (de 15 a 30 años). Nos situamos en la mitad de la escala de la especie animal y la longevidad de muchas más personas sigue creciendo, pero estamos lejos aún de la inmortalidad si es que algún día la alcanzamos. Y aunque la logremos, lo realmente importante son las condiciones bajo las que viviremos cuando hayamos conseguido ese estado. La literatura se ha ocupado con frecuencia de este tema como así lo pone de manifiesto el libro de José Luis Muñoz Boix «Mortalidad e inmortalidad en la Literatura», en el que hace un repaso de los mitos, las leyendas y las obras más destacadas sobre esta temática. De esta manera pasa revista a la figura del judío errante, uno de los personajes inmortales más populares abordado en obras como las de Hans C. Andersen, Rudyard Kipling, Mújica Laínez, Gabriel García Márquez o Borges y en la música de Wagner. Menciona el trabajo de Jonatthan Swift, Los viajes de Gulliver en la que describe una raza de personas inmortales los Struldbugs. Aborda el trabajo de la británica Virginia Woolf, Orlando, la de Mújica Laínez, Bomarzo, la de José Luis Borges, el inmortal, la de Isaac Asimov, el Hombre bicentenario o las «Intermitencias de la muerte» de José Saramago. Todos estos relatos tienen un común denominador. Al no ir asociada en ningún caso a un estado físico razonable, a una especie de juventud eterna, la inmortalidad no es un estado deseable; es más bien una causa de insatisfacciones, un logro perverso, una fuente de problemas de todo tipo.

2. EL ENVEJECIMIENTO Y LA LONGEVIDAD YA NO SON LO QUE ERAN

Decía que los 60 o 65 años ya no nos sirven para marcar el inicio del envejecimiento y mucho menos para definir a una persona como longeva. Hoy un ser con 65, 70, 75 o incluso más años no podemos ya definirlo como viejo y mucho menos como anciano, como a veces sucede en algunos medios de comunicación: «un anciano de 70 años fue atacado por un perro». Con el aumento de los años vividos, resulta necesario elevar ese umbral. Uno de los procedimientos utilizados consiste en usar un indicador Móvil definido por la

esperanza de vida. La vejez comenzaría cuando las personas alcanzasen una edad en la que la vida restante fuera de 15 años (Sanderson, S. y Schemov, 2008). Es una cifra arbitraria, pero que resulta razonable. Pongamos el ejemplo de España. Hoy las mujeres tienen una esperanza de vida de 86 años, de tal manera que si a esa cifra le quitamos 15 años, nos da una edad de inicio de la vejez estadística a los 71. Esa edad parece más oportuna que los 65 para marcar el comienzo de un periodo largo que es el de la situación de vejez estadística. Incluso podríamos subirlo 5 años más y situar el punto de inicio en los 76 años. En cualquier caso, la ventaja de este método es que podemos cambiar el umbral de comienzo a medida que va subiendo la esperanza de vida.

Otra propuesta para redefinir el inicio de la vejez (vuelvo a repetir que siempre a efectos estadísticos) es la realizada por las sociedades gerontológica y geriátrica de Japón. En un trabajo ya de 2006 (Haijme Orimo et alia) se sostiene que entonces los mayores tenían un estado de salud mucho mejor que el de 15 o 20 años antes y que bajo ningún concepto se podía definir como viejos a los que tenían 65 años. Manejando diferentes indicadores como la velocidad de la marcha (ese trotecito con el que a veces nos regala Biden) o la fuerza de agarre de la mano, comprobaron que los individuos que tenían entre 75 y 79 años en 2002 ofrecían los mismos resultados que los de 65 a 69 veinte años antes. Hoy los datos serían mucho mejores de tal forma que no resulta aventurado decir que las personas de 80-85 años tienen un comportamiento parecido a los que tenían entre 60 y 65 años a comienzos de siglo. Esa es la razón por la que Biden que en el día que escribo cumple 81 años, podría ser todavía un candidato válido para la Presidencia de los EEUU porque a pesar de sus tropiezos y despistes, mantiene la cabeza lúcida y dirige, con razonable eficacia los destinos del gran coloso mundial. Y es que una cosa es la edad cronológica y otra la biológica y mental.

A la gente, a Joe Biden también, hay que juzgarla no por los años que tiene, sino por sus capacidades intelectuales y es preciso dejar de utilizar la edad como un arma, como un instrumento para descalificar. El «no te presentes Joe» del grupo Roots Action Org. O el «Biden for Resident», alentado por Trump, que es 5 minutos más joven que él, son prueba de un edadismo basado en criterios exclusivamente cronológicos que es preciso deslegitimar.

Además hay que considerar que independientemente donde situemos el umbral de partida, la vejez admite y hasta aconseja divisiones internas. No es lo mismo una persona de 70 años que otra de 95. Las dos instituciones japonesas citadas, que de envejecimiento y longevidad saben más que nadie, proponen una clasificación en tres grandes grupos: la pre-vejez de 65 a 74 años; la vejez propiamente dicha de 75 y más años y los súper-mayores por encima

de los 90 años, entre los que hay cada vez más centenarios. Según la División de Población de la ONU en 2021 había en el mundo más de 621.000 centenarios que seguramente llegarán al millón al final de esta década. Dentro de ellos, se distingue la categoría, minoritaria, pero muy significativa, de los supercentenarios que son las personas que tienen 110 años y más. La cifra oficial supera las 150 personas, pero seguramente son más. En cualquier caso, se trata de mujeres de etnia oriental, particularmente japonesas por su origen y residencia.

El envejecimiento y la longevidad ya no son lo que eran. En efecto, porque el umbral del primer fenómeno se sitúa cada vez más tarde y porque aumenta el número de longevos, si bien no hemos logrado batir el récord de la longevidad que existe desde Jeanne Calment que se murió el 4 de Agosto de 1997. Pero todo se andará y muy aprisa porque ese récord poco tardará en superarse. Por ello, porque cada vez hay más personas que viven más años y se sienten jóvenes durante más tiempo, quizás en vez de hablar de envejecimiento podemos hablar de un cierto rejuvenecimiento de la población. No por el hecho de que si subimos los umbrales de inicio incorporemos más personas a la categoría de adultos mayores o pre-viejos, sino porque hoy las personas mayores tienen mejor salud que nunca y no se definen a sí mismas como viejas.

3. FACTORES Y RASGOS

La causa inicial del envejecimiento es la caída de la fecundidad y natalidad que siguió a la reducción de la mortalidad infantil. Esta circunstancia provoca la disminución de la población joven en términos absolutos y relativos y por reacción el aumento de la adulta y la vieja. Es el fenómeno que conocemos con el nombre de envejecimiento por la base (la base de la pirámide de edades). Después las personas van cumpliendo años, la esperanza de vida crece y la longevidad aumenta provocando una mayor presencia de efectivos en la parte alta de la pirámide y un envejecimiento que se denomina por la cima (de dicha pirámide). Así pues, no se produce el envejecimiento porque haya solo más viejos, sino porque hay también menos jóvenes. Y esa doble situación define hoy a las sociedades desarrolladas que al sumar el doble efecto acusan los mayores niveles de población envejecida.

Hay otros factores del envejecimiento. El más importante son las migraciones. Una migración, sobre todo cuando es de naturaleza económica, es selectiva desde el punto de vista de las edades. De los territorios de emigración se van prioritariamente las personas jóvenes (entre 20 y 40 años). En naciones con una

estructura por edades joven esas migraciones reducen el peso relativo de ese segmento de la población, pero no provocan un aumento significativo del envejecimiento. En cambio, en una población con pocos jóvenes y adultos jóvenes incrementa automáticamente el envejecimiento. Es la situación que produjo el éxodo rural en la España de los años 50 y siguientes del siglo pasado. Las zonas rurales del interior se vieron privadas de una parte de su población joven que tomó el camino de la periferia, particularmente de las áreas industriales y urbanas. En ellas se originó, entonces, el fenómeno contrario. La llegada de jóvenes rejuveneció sus estructuras por edades y ralentizó su proceso de envejecimiento. La inmigración, sin embargo, no siempre tiene efectos beneficiosos. Si está compuesta por una proporción importante de mayores como ha ocurrido en España con los extranjeros afincados en las zonas litorales, añade envejecimiento al que tienen las zonas receptoras provocando un sobre envejecimiento, especialmente visible en determinados municipios que acogen importantes contingentes de foráneos. En definitiva, el envejecimiento es un fenómeno que se relaciona con otros hechos demográficos de los que sufre sus consecuencias y a los que afecta, a su vez, de forma directa o indirecta.

He definido, ante todo, el envejecimiento como un hecho positivo por el doble efecto de que hemos ganado años a la vida y vida a los años. Es verdad que está acompañado por una reducción del número de jóvenes, lo cual provoca una inversión de la situación demográfica tradicional en la que los jóvenes (menos de 15 años) eran más que los mayores (digamos que por encima de los 65 años). Con sus luces y sombras el fenómeno se está haciendo global porque en todas partes disminuye la natalidad y crece la longevidad y adquiere la condición de irreversible, tanto a nivel individual, como social. Una persona con 60 años no puede tener 59 al año siguiente y una población (aunque ya he dicho que un grupo humano no envejece; lo hacen los individuos que pertenecen a él) no puede sin más pasar de ser vieja a ser joven. A lo sumo puede amortiguar el nivel de envejecimiento a través de dos mecanismos: por una elevación del número de nacimientos o por un crecimiento de la inmigración joven o adulta-joven. Ambos fenómenos pueden darse juntos provocando un aumento de los efectivos de jóvenes y adultos y reduciendo de forma automática el porcentaje de la población vieja (no su cifra absoluta). Recordemos que el envejecimiento es un concepto que se mide en términos relativos.

En cuanto a los rasgos demográficos del envejecimiento hay dos especialmente significativos: su clara feminización y el proceso de envejecimiento de la propia vejez.

Ya sabemos que nacen más niños que niñas, pero después la muerte es más severa con los hombres provocando primero una igualación entre los se-

xos y una reversión de las proporciones después. Veamos el caso de España. En 2022 nacieron 106 varones por cada 100 mujeres. La superioridad de varones se produjo ese año hasta los 51 años. Después empiezan a predominar las mujeres, hegemonía que va aumentando con la edad. A los 65 años hay 108 mujeres por cada 100 hombres; a los 80 años 134 féminas por cada 100 varones y entre los centenarios 348 mujeres por cada 100 caballeros. La vejez tiene nombre de mujer que es el sexo fuerte de la especie.

La otra característica es el envejecimiento de la propia vejez. Cada vez más personas van superando los umbrales de los 70, los 80, los 90 e incluso los 100 años. Se dice que ya ha nacido la generación que tendrá 100 años de esperanza media de vida que estará nutrida especialmente de mujeres. Es una buena noticia si bien habrá que abordar los ingentes desafíos que esta evolución plantea.

El envejecimiento, ha venido para quedarse. Se puede decir que empieza cada vez más tarde, pero su importancia relativa aumenta sin cesar debido a que disminuye el número de jóvenes y aumenta el de las personas mayores como consecuencia de una longevidad ella misma creciente. En realidad, estamos en presencia de una suerte de rejuvenecimiento generalizado porque una persona no empieza a ser realmente vieja hasta mucho más tarde. Protagonizado prioritariamente por las mujeres hay cada vez más personas viejas que son cada vez más viejas.

4. ESTEREOTIPOS, PREJUICIOS Y MITOS: LOS COMPONENTES DEL EDADISMO

El hecho de que cada vez más personas vivan más años y en unas condiciones mejores es una conquista social, aunque tenga muchas batallas pendientes. Sin embargo, son muchos los que ven el envejecimiento como un fenómeno prioritariamente negativo y lo evalúan en términos de gastos, de pensiones, sanitarios, de dependencia, y muy poco de oportunidades y beneficios. Si se plantea en Google la cuestión del envejecimiento como problema se obtienen 34,3 millones de resultados; si ahora se enuncia como oportunidad se alcanzan únicamente 9,6 millones de respuestas. El tema no es nuevo. Como recuerda Andrés Domingo (2008) el envejecimiento y la longevidad han sido temáticas de algunas distopías demográficas o argumento prioritario de ciertas obras literarias. Entre estas últimas figura el libro del escritor argentino Bioy Casares, «Diario de la Guerra del cerdo» (chancho como forma dialectal). Fue publicada en 1969 y es una ficción que transcurre en la ciudad de Buenos Aires

y que plantea una contienda en la que los jóvenes atacan y matan a los viejos considerados como «egoístas, materialistas, voraces, roñosos, en definitiva unos verdaderos chanchos. La muerte física es el objetivo final para unas personas que antes sufren una especie de muerte social al no tener una función reconocida en lo que influye decisivamente su salida del ciclo productivo. Esto los convierte en obsoletos, en dependientes, en una rémora para los demás. La causa de esta acumulación de viejos en el conjunto de la población, dice un personaje de Casares, la tienen los médicos «que nos han llenado de viejos inservibles». Unos viejos que además pueden llegar a jugar un papel nocivo en las sociedades democráticas debido al peso de sus votos.

«Diario de la Guerra del cerdo» no es la única obra de ficción que ofrece una visión negativa del envejecimiento. Andreu Domingo menciona otros trabajos en los que aparece la marginación de los mayores considerados como parásitos que viven a costa del esfuerzo de los demás. Cita por ejemplo la obra del polémico autor francés Michel Houellebecq «La posibilidad de una isla» en la que Daniel el protagonista se lamenta de un mundo reservado a los jóvenes y en el que las personas viejas son tratadas como ciudadanos de segunda, como auténticos deshechos.

Hoy afortunadamente no hay sociedades en las que se acose y se acabe matando a los viejos por su condición y es de esperar que la ficción de Casares, como la Guerra de Troya no tenga nunca lugar. Pero, a veces, aparecen algunos indicios y comportamientos alarmantes como las declaraciones del Ministro de Finanzas japonés Taro Aso quien a sus 72 años pidió a los más viejos de su país que no usasen los cuidados paliativos cuando únicamente sirvieran para comer, beber o dormir y que no trataran sus enfermedades para evitar las ingentes cantidades de dinero que se utilizaban para mantenerlos vivos. «Que se den prisa y se mueran» fue su proposición que debió rectificarse cuando ya la insólita proclama se había difundido como reguero de pólvora». Afortunadamente afirmaciones como las de Aso, que acabó dimitiendo, son hechos aislados que al atentar contra los derechos fundamentales del ser humano no tienen muchos adeptos.

Lo que he pretendido trayendo a colación estas referencias literarias y estas actuaciones es poner de manifiesto la existencia (en estos casos extrema) de una cierta discriminación contra las personas mayores basada en estereotipos, prejuicios, falsas percepciones o mitos infundados. Existe un claro edadismo apoyado en esos componentes cuyas secuelas debemos tratar de evitar a toda costa.

El edadismo es la marginación o exclusión que sufren los seres humanos por razón de su edad. Se puede producir en cualquier momento de la vida,

pero alcanza una intensidad notoria entre las personas mayores. No siempre sus manifestaciones son conscientes. Algunas son involuntarias como sucede cuando empleamos ciertos vocablos. Deberíamos evitar términos como anciano, los más coloquiales de vejete y vejestorio o simplemente el de abuelo, cuando se utiliza como sinónimo de los anteriores y no para definir una relación de parentesco. Y deberíamos eliminar de nuestro lenguaje otros términos despectivos como tarra, pureta, gagá, carcamal, decrepito, caduco o carraca. Hay alternativas que no pueden ofender a nadie como las de mayores, personas de edad o el más distinguido de sénior. Pero pasemos a la categorización de las muestras del edadismo o de los edadismos no solo para conocerlos, sino para denunciarlos con el fin de que al hacerlo podamos contribuir a su erradicación.

En sociedades como las occidentales donde hay cada vez menos jóvenes y más gente mayor resulta injustificado y preocupante el edadismo laboral. Se trata de una visión deformada de los trabajadores sénior que conforma una actitud descalificadora de sus aptitudes para el trabajo. Los argumentos tratan de defender que a partir de una edad no resulta provechosa la actividad de los mayores porque son menos productivos, están poco ilusionados, poseen una salud más frágil, resultan más caros, no están actualizados y quitan puestos de trabajo a los más jóvenes. Hay ya muchas evidencias empíricas que ponen de manifiesto la vacuidad de tales razonamientos. Los trabajadores «sénior» no reducen las oportunidades de los jóvenes en un mercado laboral que se considera equivocadamente de dimensiones invariables. Jóvenes y mayores pueden multiplicar, a la vez, los efectivos de la población activa y ocupada como lo demuestra el caso de muchos países de la Unión Europea, especialmente los nórdicos. En el conjunto de los 27 la población empleada de 15 a 29 años pasó de 33 millones en 2013 a 35 en 2022 y la de 55 a 69 años de 30 a casi 41 millones. Subió más ésta última que la de juniors, pero eso hay que ponerlo en relación con los efectivos totales de jóvenes, en retroceso debido a la caída de la natalidad, y el aumento del volumen de «sénior» causado por el envejecimiento. Lo importante es comprobar cómo jóvenes y mayores pueden crecer juntos en el mercado de trabajo y que el aumento de éstos últimos no impide el incremento de los primeros.

Desde el punto de vista tecnológico, los trabajadores de edad pueden quedar desfasados, pero la mayoría reactualiza con facilidad sus conocimientos y capacidades, incluidas las digitales. No son, como a veces se los define, analfabetos virtuales y desconocedores absolutos de los procedimientos informáticos que manejan de forma suficiente. Es verdad que co-

bran más que los trabajadores jóvenes, pero esto tendría remedio si se les diesen oportunidades de laborar a tiempo parcial, modalidad en la que muchos se sentirían cómodos y además sería un tránsito razonable hacia la jubilación definitiva. Y no es cierto tampoco el que a partir de una determinada edad se produzca una desmotivación que provoque la merma de productividad. Los argumentos laborales del edadismo no solo carecen de soporte sólido, sino que minusvaloran aspectos muy positivos de la actividad de los «séniors» como son sus conocimientos, su reputación profesional, su experiencia o su capacidad relacional.

El edadismo laboral es una manifestación, quizás la más expandida, del edadismo excluyente o invalidante, el que sostiene que a una determinada edad no se pueden hacer ciertas cosas. En ocasiones esta aseveración puede tener sentido. Una persona de 70 años no puede hacer los 100 metros lisos en diez segundos; pero otras solo se fundamenta en un estereotipo, un prejuicio o una opinión desinformada. La mayoría de las personas «mayores» mantienen intactas sus capacidades para hacer las mismas cosas que un individuo de 40 o 50 años. Ser mayor no significa incompetencia, ineptitud, ineficacia, torpeza, nulidad o impericia. A veces, supone todo lo contrario: la posibilidad de hacer mejor las cosas que ya se han realizado un montón de veces. Otra categoría es la del edadismo sanitario que se manifiesta en la desatención o postergación de los mayores en situaciones críticas, como así sucedió en la fase aguda de la última pandemia de Covid. Recuerdo que en tiempos de la postpandemia yo no pude entrar en el Ministerio de Educación de un país latinoamericano, a pesar de exhibir (entonces) dos dosis de la vacuna. La razón es que tenía más de 70 años. Y todavía hay un edadismo más sutil, pero igualmente vejatorio llamado sobreprotector consistente en tratar a los mayores con un paternalismo desmedido como si fueran niños pequeños o discapacitados mentales (con todo el respeto hacia este colectivo). Hay personas que llevadas, sin duda, de su buena voluntad te hablan a gritos como si estuvieras sordo, te toman del brazo para cruzar la calle como si fueras cojo, o te advierten de un peligro hipotético como si fueras tonto.» Abuelo tenga cuidado no se vaya a caer, como si estuvieras escalando el Everest, subiendo a un patinete eléctrico o intentando batir el record de altura y no simplemente subiéndote a una acera. El edadismo sobreprotector puede resultar muy hiriente sobre todo en mayores que conservan íntegras sus facultades físicas y mentales.

Ciertamente, la discriminación tiene muchos destinatarios: mujeres, inmigrantes, practicantes de un determinado credo, o personas con una cierta inclinación sexual. Pero el acentuado proceso de envejecimiento agrega a los ma-

yores al cuadro de honor de la marginación y les adjudica en él un lugar preferente. El edadismo se ha convertido en moneda de cambio de nuestra conducta. Hay que cuestionarlo y combatirlo ante el riesgo que de paso a un mal todavía mayor la gerontofobia.

5. LAS OPORTUNIDADES

La obsesión por las consecuencias desfavorables que plantea nos hace olvidar que el incremento de personas mayores ofrece también muchas oportunidades, tanto desde el punto de vista laboral, como del consumo.

El retroceso de la natalidad en nuestras sociedades está provocando el descenso de la población joven y adulta-joven en la pirámide laboral. Eso significa que va a resultar necesario multiplicar los efectivos de los seniors en la actividad, como así ya está ocurriendo. Es una presencia que va creciendo, pero que se enfrenta a diferentes dificultades por parte de los grandes interlocutores del mercado de trabajo. Con frecuencia, la administración no la facilita suficientemente. Los sindicatos suelen oponerse. Las empresas en su mayor parte tampoco la favorecen; todo lo contrario, recurren a jubilaciones anticipadas o prejubilaciones que provocan un abandono temprano del trabajo. Y los propios trabajadores no son partidarios muchas veces de prolongar su actividad por falta de incentivos para ello. Necesitamos un gran pacto social entre esos cuatro grandes interlocutores para establecer políticas que contemplen:

- la jubilación como un derecho, pero no como un deber para todos.
- el establecimiento de medidas por parte de la administración y las empresas que favorezcan la prolongación de la actividad (entre ellas, por ejemplo, la posibilidad de compatibilizar la percepción completa de una pensión con una ocupación o la promoción de la actividad a tiempo parcial poco desarrollada entre la población senior)
- y creo necesario realizar acciones para una concienciación de los propios trabajadores que deben mantenerse ocupados hasta la edad legal de la jubilación o incluso y con carácter voluntario, después de ella. No tiene sentido que con una esperanza de vida que pronto será de 90 años una persona se jubile a los cincuenta y tantos.

Trabajadores durante más tiempo, pero también consumidores destacados gracias al poder adquisitivo de muchos seniors y a la necesidad de satisfacer su demanda de productos y servicios concretos. La silver economy es precisamen-

te eso: el conjunto de productos y servicios creados para atender a una población mayor en sectores como el sanitario, inmobiliario, automovilístico, el de los cuidados personales, de utensilios para el hogar, turístico o el de las nuevas tecnologías. La silver economy es una actividad en auge en el mundo desarrollado donde aún va a crecer más debido a la acentuación del envejecimiento.

Rafael Puyol.
Presidente de la Real Sociedad Geográfica.