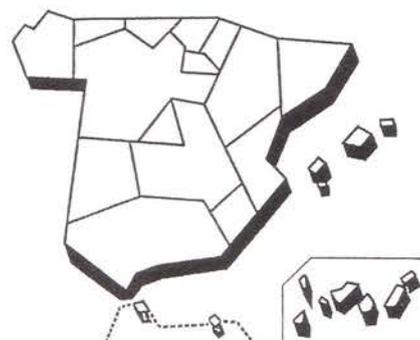


VOCALÍAS REGIONALES

... "AL HABLA" ...



CANTABRIA

CITA CON LA VEJEZ

Cuando Maurice Chevalier cumplió setenta y cinco años le preguntaron si lo sentía; su respuesta fue: "No, si se considera la disyuntiva".

Muy probablemente será el destino de vosotros que nos leáis y del nuestro propio y, sin embargo, la mayoría de nosotros sabemos muy poco de ello.

Es un hecho de la naturaleza y, sin embargo, a veces lo tenemos, intentamos no considerarlo, nos molesta incluso cuando se nos hacen patentes algunos primeros signos según pasan los días, todos tenemos más experiencia en hacernos viejos. Es tan fascinante y complejo como nuestras propias actitudes al respecto.

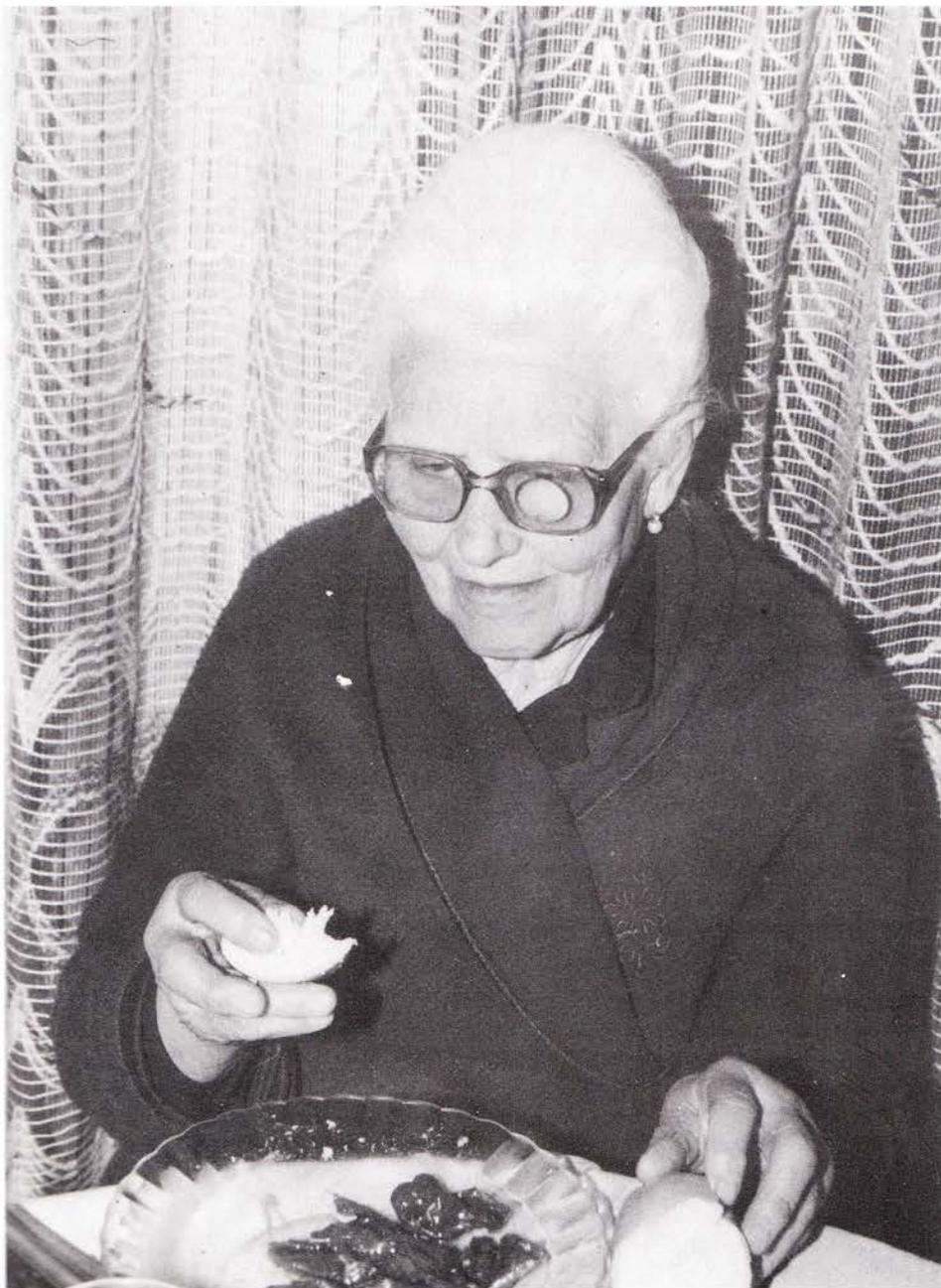
El problema de la vejez apenas tuvo importancia durante los tres o cuatro millones de años de la larga Prehistoria; la caza, la guerra y la enfermedad dieron muy pocas oportunidades al hombre del Paleolítico para ver encanecer sus cabellos un día. Los restos de esqueletos más antiguos que se han encontrado pertenecen a individuos que no sobrepasaron los 30 años.

Los libros del Antiguo Testamento permiten conocer y formarse una imagen bastante exacta sobre el papel del anciano en el mundo hebreo. En una primera etapa eran considerados los jefes naturales del pueblo. La ley mosaica garantizaba el respeto a los ancianos y a los padres de edad avanzada.

Para los griegos envejecer era una desgracia "aquél a quien los dioses aman, muere joven".

Para un pueblo que busca la perfección humana, la belleza, el desarrollo de todas las facultades de la persona, la vejez no es otra cosa que una maldición divina.

Por otra parte, el mundo romano es el primero que los ha dejado expresarse por sí mismos y el que ha dado la primera apología de la vejez: el *Semectute* de Cicerón. En un mundo que tuvo conciencia de la ambigüedad fundamental de la edad avanzada, notablemente trágica y ridículamente



CANTABRIA



cómica, mezquina en sus defectos, sublime en sus cualidades.

La Edad Media es una época de contrastes. En las clases humildes se encuentran a merced de los más jóvenes pero desempeñan un papel importante en relación con lo sobrenatural.

En contraste, la vejez es sistemáticamente alabada en la tradición del Oriente Medio, incluidas las ya comentadas raíces del Judaísmo. La palabra árabe "SAJI" o jefe, en sus orígenes significaba anciano. Se dice que todos los patriarcas del Antiguo Testamento vivieron más de 900 años. Esta exageración no es una coincidencia, sino en parte el reflejo del respeto concedido a la edad. No puede sorprendernos, pues, que el que las comunidades judías hayan contado tradicionalmente con los mejores hogares para ancianos, o que BROWNING hubiese puesto sus famosas palabras en boca del rabino BEN EZRA "envejece conmigo. Todavía falta por llegar lo mejor, lo último de la vida, para lo que se compuso lo primero".

En realidad, lo más seguro es que el envejecer esté situado en algún punto entre los horrores de la mente griega y las glorias de la tradición del Oriente Medio y del Judaísmo.

Nuestro concepto de la vejez es, por tanto, un cúmulo de contradicciones, debido quizás a que la propia vejez es una etapa contradictoria. Por definición, si somos viejos es que hemos vivido mucho tiempo, pero cuanto más hayamos vivido, menos vida nos queda y cuando seamos realmente viejos menos vitalidad nos quedará. Bernard Shaw decía "que era una pena que siendo tan maravillosa la juventud se malgastase en los jóvenes".

A lo largo de la historia los seres humanos han realizado desesperados esfuerzos para retrasar el envejecimiento y su final, la muerte. Estos esfuerzos no han tenido demasiado éxito hasta el momento. Si bien la sanidad pública y la ciencia médica han reducido las posibilidades de que cualquiera de nosotros muera prematuramente es decir, antes de alcanzar la máxima duración de la vida para los humanos. Se han acrecentado

mucho nuestros conocimientos acerca de la biología profunda del proceso del envejecimiento: qué es, cómo y por qué ocurre. Pero hablar de ello ahora supondría un trabajo más extenso.

Esta época vuelve a recuperar el interés por los ancianos. Nunca las Sociedades Occidentales han contado con una proporción tan elevada de personas mayores.

Actualmente hay en España alrededor de cinco millones de personas mayores de 65 años. Dentro de 10 años, en el ya nada mítico 2.000 habrá un millón y medio más. De ser marginal, el anciano está a punto de ser el más común de los ciudadanos.

Todas las disciplinas de las ciencias sociales estudian este fenómeno. Los economistas se inquietan por el aumento del desembolso público en pensiones; los demógrafos, por la inversión de las pirámides de edad. Las ciencias de la salud como desde hace milenios intentan comprender las causas del envejecimiento y como retrasarlo. En este siglo los Estados comienzan a tomar conciencia de la amplitud del problema. La vejez asunto esencialmente privado y familiar, se ha convertido en un fenómeno social. Para no herir, no sabemos por que, extrañas susceptibilidades se han acuñado nuevos términos al parecer menos degradantes. No se habla de ancianos sino de tercera edad; tampoco de viejos sino de cuarta edad; y se intenta que el miedo a los asilos desaparezca con la denominación de residencias o geriátricos.

Parece que alcanzar la barrera de la edad significa que ya no tienes capacidad para pensar, a partir de cierto momento los demás lo hacen por tí, los más jóvenes decidimos lo que creemos más conveniente, pocas veces les hacemos partícipes de los cambios o situaciones que solamente el anciano va a vivir personalmente.

Ser anciano no significa nada especial solo eso, haber vivido más tiempo, significa por tanto unas ciertas modificaciones físicas, psíquicas y biológicas que van a traer cambios en las actividades de la vida diaria a las que el individuo puede adaptarse de forma progresiva y adecuada si le aportamos los medios, los conocimientos y la

ayuda necesaria.

El conocimiento y cuidado a los ancianos es posiblemente uno de los campos más complejos de la enfermería y también si sabemos hacerlo uno de los más apasionantes: se trata de nuestro futuro.

La enfermería geronto-geriátrica es compleja por el hecho de que las personas ancianas generalmente padecen múltiples problemas de salud y porque existen muchas más diferencias individuales entre los ancianos que entre otros grupos de edad.

Todos tenemos una cita con la edad. El reloj está sonando todavía. El tiempo no se ha agotado, continúa. Y mientras esto ocurre, el propio paso del tiempo puede garantizar algunos cambios emocionantes y positivos, en uno mismo y en la sociedad. Hagámoslo y participemos activamente en darle vuelta a la situación actual, contribuyamos a que la vejez sea más positiva, más sana y más integrada.

Esperamos encontrarnos con todos vosotros en este viaje y que éste sea feliz.

AUTORES

- Cristina Castanedo Pfeiffer - Profesora de Enfermería Geriátrica.
- M^a Luz Fernández Fernández - Prof. Enfermería Fundamental.
- Jaime Zabala Blanco - Profesor de Enfermería Fundamental.
- Celia Nespral Gaztelumendi - Prof. de Enfermería Comunitaria.
- M^a Jesús Durá Ros - Profesora de Enfermería Médico-Quirúrgica.
- Feli Merino de la Hoz - Prof. de Enfermería Médico-Quirúrgica.
- Profesores Escuela Universitaria de Enfermería "Casa Salud Valdecilla" Universidad de Cantabria.

BIBLIOGRAFIA:

- BARASH, DAVID. EL ENVEJECIMIENTO.
- MINOIS, GEORGE. HISTORIA DE LA VEJEZ.
- DOSSIER "TEMAS DE NUESTRA EPOCA". DIARIO "EL PAIS". FECHA: 30 DE NOVIEMBRE DE 1989 y 5 DE ENERO DE 1989.