

Vivir la vejez en tiempos de pandemia y confinamiento

Elisa Dulcey-Ruiz

Cepsiger y Red Latinoamericana de Gerontología-RLG

Mayo 2020

Vivimos tiempos inéditos y de incertidumbre que nos colman de preocupaciones e interrogantes. Surgen entonces muchos cuestionamientos, sobre todo cuando se oye decir, cada vez más, que la población vieja, o sea, la que más tiempo ha vivido, es la de mayor vulnerabilidad o la que está en mayor riesgo de contagio y de muerte por razones del coronavirus y el Covic-19. Es por eso que interesa analizar algunos asuntos importantes al respecto.

Reconocer la heterogeneidad

Fundamental es reconocer la gran heterogeneidad de las personas, los contextos y las circunstancias. Igualmente la diversidad de modos de pensar, conversar, interpretar, atribuir características o comportamientos, y, obviamente, las actitudes detrás de todo ello. Esto implicaría, además, tener en cuenta lo que cada persona considera que es la vejez y qué, supuestamente, ‘caracteriza’ a la misma, y a quienes la viven; así como qué tan relacionada con, o ajena a su propia vida le parece.

“Vivir la vejez” lleva a preguntarnos ante todo ¿a cuál vejez se hace referencia?, ¿a cuáles personas viejas o adultas mayores se alude?... Porque si algo caracteriza a esa condición de la vida que llamamos ‘vejez’ es la heterogeneidad. Con razón algunas personas prefieren aludir a “vejeces”, intentando así evitar la tendencia a uniformar lo que es enormemente diverso y en la práctica imposible de homogeneizar.

Las personas adultas mayores, o quienes viven la vejez, constituyen la población más disímil o heterogénea que existe, porque entre más vivimos más nos diferenciamos unas personas de otras. Es preciso tener en cuenta diferencias de género, etnia, región en que se ha vivido y se vive actualmente, así como nivel educativo, ocupación, condiciones, costumbres y estilos de vida, percepciones y actitudes hacia la vida y sus circunstancias; formas habituales de interacción humana y de convivencia social, al igual que la posibilidad de contar o no con redes de apoyo social... Es, por todo ello y mucho más que, particularmente en la vejez, nos parecemos más a nosotros mismos en épocas anteriores de nuestra vida, que a otras personas de nuestra misma edad, aunque sean familiares, amigas, compañeras de estudio o de trabajo.

Contextos y circunstancias, biografía e historia

Evidentemente, los entornos y las condiciones en que viven las distintas personas adultas mayores son muy disímiles, sobre todo teniendo en cuenta las desigualdades que caracterizan al mundo y, particularmente a América Latina. Interesa, además,

pensar en las diferencias implicadas en vivir en áreas rurales o urbanas, en la calidad de los vecindarios en que se vive; en las condiciones ambientales: el aire, puro o contaminado, que se respira; la luz poca o mucha, natural o artificial, con la cual realizan las actividades diarias; el contar fácilmente, o no, con agua y la calidad de la misma. ¿Qué tan accesible y de calidad es la alimentación de cada día? ¿Cuáles son las condiciones de salud, y cuál es la percepción del propio bienestar?

Pensemos en la cada vez mayor cantidad de migrantes en el mundo y en nuestra región; en quienes viven en condiciones de desplazamiento forzado; en contextos de violencia, ya sea externa u hogareña; en quienes viven en hacinamiento; 'en condición de calle' o sin techo y, para quienes, dicho sea de paso, ¿qué puede querer decir "quédese en casa", o "mantenga al menos un metro de distancia física de las otras personas"? –indicaciones estas, con mucha razón sugeridas en estos tiempos de fácil contagio-.

Además, en el mundo y específicamente en América Latina hay cada vez más personas adultas mayores que viven solas, algunas por voluntad propia, otras por diferentes circunstancias de la vida que pueden o no aceptar fácilmente. Otras viven rotando en las viviendas de distintos hijos o familiares... Otras, así sea en un mínimo porcentaje, viven en instituciones o 'residencias para personas adultas mayores' –algunas porque llegaron voluntariamente, otras porque familiares o personas allegadas las llevaron, aún en contra de sus deseos-.

Por supuesto, es preciso tener en cuenta, además, el contexto social, económico y político más amplio, el cual, aunque a veces parezca lejano, necesariamente a todos nos afecta.

Todo lo anterior nos lleva a reconocer que las vidas personales se constituyen desde el nacer hasta el morir, en la interacción diferencial y permanente entre biografía y contextos -biológico, físico, sociocultural e histórico-. Y todo ello afecta, en muy distintas formas, la manera como las tan distintas personas viejas perciben, aceptan o no, y viven situaciones de confinamiento por razones de la pandemia.

Y ¿qué significa ser persona vieja?...

La vejez es una denominación, un nombre que se le ha dado a una parte de la vida adulta. Así como hace algún tiempo surgió la palabra 'infancia' para designar los comienzos de la vida, la palabra 'vejez' surgió como una denominación de parte de la vida adulta, cuando se considera que se ha vivido comparativamente más que otras personas adultas. Y como continuidad y consecuencia de la vida previa, la vejez se constituye de acuerdo con esa vida que se ha vivido. Es, entonces como un compendio de la vida anterior.

Sorprende, sin embargo, y según parecería, que tantas veces se piense que la vejez es un mundo aparte del resto de la vida y que por el hecho de haber vivido comparativamente más que otras personas, se rompiera la continuidad de la vida y las

personas viejas o adultas mayores se homogeneizaran, sin saber por qué. Y aún más, que perdieran sus posibilidades de pensar y decidir por sí mismas. Todo ello es más fácil de pre-conceptuar cuando se considera que la vejez tiene que ver con las demás personas, pero no con la propia persona que así juzga.

... Y ¿en tiempos de pandemia y confinamiento qué decir de la vejez?

En coherencia con lo ya dicho, las situaciones de confinamiento que viven las distintas personas adultas mayores son muy diferentes. Están marcadas por el contexto en que viven, por las relaciones interpersonales, presenciales o virtuales que tengan, así como por la calidad de esas relaciones, incluyendo el apoyo social percibido y real con el cual cuentan. En todos los casos es necesario saber que la vejez no implica fecha de vencimiento de la posibilidad de pensar, de pronunciarse, de razonar, de decidir y de ser consultados.

¿Las personas viejas son vulnerables por razón de su edad, sin más? Ante esa pregunta, vale recordar la frase del psicólogo español Jerónimo de Moragas: “nacer es comenzar la vida como un riesgo”. La vida es, sin duda, un riesgo permanente. Estaríamos, no obstante, en estos tiempos de pandemia, ante un riesgo enorme e inesperado. Eso no quiere decir que las condiciones de riesgo sean uniformes solo por tener una edad determinada, por ejemplo más de 70 años.

Conviene reconocer que la senescencia, o el envejecimiento entendido en términos biológicos, implicaría en algún grado menores posibilidades de defensa del organismo. Pero resulta imposible que la vulnerabilidad se de por igual en todas las personas principalmente por razones de su edad, sin tener en cuenta condiciones, estilos de vida y estado de salud. Tal generalización que, a veces parece asumirse por parte de autoridades de algunos países, regiones, o localidades, equivale evidentemente a un concepto estereotipado de la vejez que desconoce las enormes diferencias entre las personas que la viven, sus contextos e historias individuales.

Así que vivir la vejez en tiempos de pandemia y de confinamiento requiere, ante todo, considerar las enormes diferencias entre las personas, sus entornos, y sus condiciones de vida, recordando que, como dijera alguna vez el filósofo José Ortega y Gasset, *cada persona es ella y su circunstancia*.

¿Hasta qué punto se tienen en cuenta y se cuidan en forma permanente, por parte de los gobiernos, los Estados, las sociedades y las mismas personas, las condiciones de vida y las circunstancias en que se vive—desde el nacimiento hasta la muerte— y no solamente en forma esporádica, sobre todo cuando llegan las emergencias?