

# El proceso de envejecimiento: aspectos psicológicos

Joaquín M.<sup>a</sup> Aragó

Universidad de Barcelona

## I. Introducción

En las últimas décadas se ha dedicado especial atención al estudio del proceso de envejecimiento, temática que antes, por diversas causas, había quedado un tanto relegada. Las dificultades, sobre todo metodológicas, que su análisis implica son considerables; pero además ha sido preciso superar una serie de estereotipos que han influido negativamente en la promoción y avance de esos estudios; estereotipos cuya base científica es muy deleznable, pero que siguen todavía hoy influyendo notablemente. Esclarecer un poco esta problemática y señalar las tendencias y orientaciones actuales en esta materia, es el objetivo principal de nuestra aportación. Aunque nuestro intento va dirigido fundamentalmente a los aspectos psicológicos del proceso de envejecimiento, no obstante, es preciso reseñar en primer lugar algunos datos demográficos y socio-culturales que nos permitirán situar nuestra exposición y reflexión en el marco histórico actual, facilitando así la comprensión del tema y las conclusiones que de este estudio se pueden derivar.

## II. Factores demográficos

Una serie convergente de estudios señalan con nitidez que estamos asistiendo a un progresivo envejecimiento de la población del mundo occidental; es decir, la *proporción* de personas mayores de 60 años, respecto a la totalidad va en aumento.

Antes de aportar algunos datos conviene precisar que la noción de «envejecimiento» no es equivalente a la de «longevidad»; así las esperanzas de vida en 1900 para las personas de 60

años eran de 72 años, y en 1970 de 78,6; para las personas de 80 años en 1900 eran de 83,4 y en 1970 de 86,4. Se ha prolongado, pues, la esperanza media de vida, pero no se ha alargado mucho más la vida (1).

Ateniéndonos a algunos datos podemos decir que en Alemania Federal la proporción de sujetos de menos de 15 años con respecto a los de más de 65, era en 1890 de 1 a 7, y en 1980 de 1 a 1 (2). En Estados Unidos en 1900 sólo el 3% de la población tenía 65 años o más y en 1973 llegaban ya al 10%; los menores de 65 años habían aumentado 2,5 veces, mientras que los de más de 65 años lo habían hecho 6,5 veces (3). En Francia las personas de 65 años o más eran sólo el 5,8% en 1775, el 7,7% en 1875, el 13,3% en 1975 y del 13,6% en 1977. La proporción es todavía mayor en otros países; así en Alemania Federal, 14,9%; en el Reino Unido, el 14,4%; en Bélgica, del 14%, y la media de la Comunidad Europea, del 13,7% (4). Según datos del informe de la OCDE, 1974, la tasa es todavía superior en algunos países; así se prevé que será del 17,1% en Suecia y del 15,3% en Noruega para 1995. Según este mismo informe, se atribuye a España para 1975 el 10,1% y para 1985 el 10,2% (5). En Cataluña las previsiones para 1975 eran del 10,4%. Si tenemos en cuenta que esta región ha visto rejuvenecida su población gracias a una fuerte inmigración en las últimas décadas, se constata más claramente la tendencia al «envejecimiento» (6). Si en vez de considerar la población de 65 años o más nos restringimos a la población de personas mayores de 75 años, el aumento es más rápido. Así sobre una base de 100 para 1970, las previsiones para los países de la OCDE son las siguientes:

1965	1970	1975	1980	1985	
89	100	113	128	136	(7)

La población, pues, envejece. Pero tan importante como este dato lo es la constatación de algunas características de esta población de personas mayores. Dado el objeto de nuestra exposición nos limitaremos a una aspecto tan solo, el cultural. Según el informe ISPA (1976), basado en una amplia y documentada encuesta, los ancianos residentes en Cataluña eran:

Analfabetos	24,3%	Total parcial: 72,9%
Primaria incompl.	48,6%	
Primaria compl.	19,0%	
Estudios secunda.	4,3%	
Carreras de grado medio	1,7%	
Carrera universit.	1,7%	
No consta	0,4%	
100,0% (8)		

Es muy probable que este tanto por ciento tan elevado de ancianos analfabetos o con una cultura mínima tienda a disminuir con el tiempo, pero es un dato que hay que tener presente a la hora de intentar una ayuda adecuada a estas personas (universidades para la tercera edad, etc.).

Si tenemos en cuenta además la notable baja en el índice de natalidad, con una media en los países del Mercado Común de 1,8 aproximadamente en 1970 y con una previsión para 1975 de 1,59 (9), se comprende mejor el envejecimiento global de la población. Además hay que tener presente que no sólo se ha modificado la pirámide de las edades, sino que también se está reestructurando el ciclo vital humano debido a múltiples causas: Formación profesional más larga, adelanto en la edad del matrimonio, reducido número de hijos, temprana separación de los hijos del hogar familiar, etc. (10). Todo ello son elementos que hay que tomar en consideración a la hora de enjuiciar el proceso del envejecimiento, es decir, las personas de la tercera edad y los ancianos se encuentran hoy en unas circunstancias ambientales muy diversas de las de antaño, lo que evidentemente ha de repercutir en su personalidad, contactos sociales, etc.

### III. Interés por la tercera edad e imagen negativa de la misma

Sin duda alguna el progresivo aumento del número de personas mayores que hemos constatado y los problemas que esto suscita, ha des-

pertado un creciente interés y atención hacia este período de la vida. Buen exponente de este cambio es la constante creación de nuevas cátedras de gerontología, el mayor número de revistas especializadas, monografías, artículos, etc. En nuestro campo psicológico basta consultar los índices, por ejemplo, de *Psychological Abstracts*, para verificarlo.

Pero este avance, sin duda positivo, no ha logrado todavía superar la imagen negativa que a modo de estereotipo sigue vigente en amplias zonas de nuestra población respecto a las personas mayores y ancianos. Muchos de estos estereotipos están más próximos al mito que a la realidad; así que la edad cronológica determina sin más la edad biológica y aún la psicológica; la equiparación de la ancianidad y senilidad, cuando es notorio que son dos situaciones bien diferenciadas (11). También raya en el mito afirmar que la persona mayor es totalmente improductiva, cuando de hecho una buena parte de ellas siguen activas en diversos campos culturales y cívicos; tampoco es cierta la aseveración generalizada de que los adultos y personas mayores son incapaces de todo cambio, de toda adaptación; como veremos luego, si se da esta resistencia es debida no causalmente a la mera edad, sino al modo como se han organizado la vida en etapas anteriores (12). Tampoco tiene base objetiva la creencia popular de que después de la menopausia la mujer no puede experimentar el goce sexual, ya que los hechos patentizan todo lo contrario (13), etc.

Esos estereotipos se han originado de observaciones parciales indebidamente generalizadas o en falsas interpretaciones de determinados datos a veces muy individualizados. Como ha mostrado R. Schenda (1975), muchas narraciones, cuentos, leyendas ofrecen una imagen negativa de la mujer anciana: bruja que vive apartada en el bosque, es mala, fea, ocasiona desgracias... Imagen negativa que inconscientemente contribuye a fijar el estereotipo mencionado (14). Horn y Naegele (1975) han analizado la publicidad farmacéutica de determinados productos y afirman: «La investigación detallada de los textos e imágenes utilizados en la publicidad —aspecto exterior, estado de salud, status social, actividad, contactos sociales del anciano, etc.— nos han llevado a la conclusión de que la propaganda parte del modelo deficitario de la vejez y refuerza los estereotipos negativos que predominan. Su existencia es un componente necesario de la finalidad económica en orden a la elevación del consumo, pues sólo la interiorización de la imagen negativa de la senectud garantiza, a largo plazo, ese consumo de productos farmacéuticos» (15). Algo análogo ocurre con parte de la propaganda,

espacios televisivos y no pocas revistas ilustradas. Así, Lehr y Olbrich (1976) lo han mostrado a propósito de 35 guiones para la televisión alemana que fueron enviados con ocasión del concurso para el premio W. Lübke (1975); el 50% de tales guiones asociaban ancianidad y asilo, y el 85% enlazaban ancianidad con pobreza, soledad, abandono, etc. Sin negar la bondad de la intención que era sin duda despertar la conciencia social en favor de los ancianos, no es menos claro que esa generalización —al menos en Alemania Federal, donde se realizó este estudio— implica una fuerte deformación de la realidad allí imperante (16). Más grave nos parece el hecho de que no pocas publicaciones, que pretenden ser científicas, promuevan una serie de encuestas muy mal estructuradas, ya que contienen una serie de preguntas que inducen claramente un tipo determinado de respuestas; los datos que luego se exponen son por lo mismo deformados, unilaterales; así respecto a las condiciones de trabajo, satisfacción en él, etc. (Ib.). El estereotipo, pues, se consolida en vez de menguar como correspondería si se tuviese en cuenta la realidad objetiva.

#### IV. Sociedad de consumo y ancianidad

Como hemos mostrado en otro trabajo (17), los que llevan la gestión en la sociedad de consumo tienen que emplear toda clase de medios para que los grandes stocks de la producción no queden invendidos. Los Mass-media, publicidad, TV..., imprimirán al consumo la dirección apetecida; se crearán nuevas necesidades artificiales que llegarán a ser imprescindibles para alcanzar lo que se considera un «logro social», éxito, valor en curso. De ahí el consumo no racional sino dirigido, siempre *cambiante y renovado*. En este «caldo ambiental», lo viejo pierde rápidamente valor y ha de ser sustituido también rápidamente. No es extraño que en esa situación se llegue, en cierta medida, a «objetivar» a las personas mayores y se las equipare, más o menos conscientemente, a los productos en desuso, pierdan estima y consideración. Esto es tanto más fácil cuando, por ejemplo, los saberes de las personas mayores que antes constituían un patrimonio que se heredaba de generación en generación, se vean ahora rápidamente sobrepasados por el ritmo acelerado del avance en los conocimientos científicos y las aplicaciones técnicas. Antes el joven campesino, por ejemplo, aprendía de su padre y de su abuelo las formas de cultivo (selección de semillas, modos de riego, injertos, etc.); ahora lo aprende casi siempre en la escuela técnica y

en los libros y revistas. Lo mismo y más ocurre en otras facetas de la vida (construcción, transporte, etc.).

Si tenemos en cuenta lo expuesto se advierte fácilmente que la gerontocracia de los antiguos (Platón, Cicerón...), medievales y especialmente de no pocas civilizaciones orientales, está en franca decadencia y el valor en alza es la juventud, la competitividad, etc. (18), y parece como si se volviese, a este respecto, a las sociedades más primitivas o preliterarias que abandonaban a los ancianos como ocurre todavía hoy en ciertas tribus de cazadores; por motivos diferentes se minusvalora la ancianidad, lo que reafirma los estereotipos dichos.

#### V. Posibilidades de superación

El envejecimiento progresivo de la población en nuestro mundo occidental ha inducido una serie creciente de estudios sobre la tercera edad y vejez. Este avance se ha visto dificultado por una serie de estereotipos sin base objetiva suficiente y agravados por el clima consumista que nos envuelve. No obstante, hay otra serie de circunstancias que están impulsando la atención científica y humana hacia las personas ancianas. Indicaremos algunas más relevantes a nuestro juicio.

En primer lugar, un factor social relativamente nuevo: Aunque la juventud sigue siendo el polo principal de atención en la sociedad contemporánea, no es menos cierto que el creciente número de personas mayores comienza a tener una importancia no despreciable para los políticos, por ejemplo. Si pensamos que en el estado de Nueva York el 22% de los electores censados tiene más de 60 años y que este número tiende a aumentar cada año, se comprenderá que los políticos comiencen a adoptar una serie de medidas para atraerse la benevolencia y el voto de esta parte importante de la sociedad. Medidas como las promulgadas por la «Older Americans Act», 1965, y que fue uno de los pilares de la «gran sociedad» pretendida por el presidente L. B. Johnson. Si esto no es suficiente indicio hay que recordar que en Estados Unidos la tercera edad ha comenzado a cobrar dimensiones-pretensiones de grupo-fuerza política y ha organizado un movimiento para proteger y promover sus intereses (1975), movimiento que un periodista ha denominado, humorísticamente, «Gray Panthers» (19).

En segundo lugar mencionemos un factor «teórico» de cierta trascendencia. En los tratados de psicología evolutiva la mayor parte está dedicada a la infancia y la adolescencia; para la edad adulta y ancianidad se reservan unos bre-

ves capítulos o no se habla en absoluto de estos últimos períodos de la vida. Así, por ejemplo, en la «Moderna Psicología del desarrollo», de R. Oerter, varias veces reeditada (traducida al español en 1975), y en el más reciente libro de T. G. R. Bower, «Human Development», 1979. No es casual que ocurra esto. En efecto, si damos por supuesto que el «desarrollo» equivale a un tiempo de expansión, es normal que se atienda especialmente o únicamente al momento de configuración activa de la conducta humana, o sea, a la infancia, adolescencia y juventud. Si en cambio por «desarrollo evolutivo» se entiende el estudio científico de los cambios y modificaciones de las vivencias y comportamientos a lo largo del transcurrir temporal, como que esos cambios se producen ininterrumpidamente durante todo el ciclo vital, no podrán ser descuidados. Durante toda la vida el sujeto humano tiene que enfrentarse con la realidad, tiene que configurar activamente su conducta y este enfrentamiento, como ha señalado, entre otros, especialmente Havighurst i Erikson, implica una serie de tareas evolutivas que es preciso conocer y analizar. En el momento actual esta es la tendencia que predomina; buena prueba de ello es la interesantísima serie de monografías que han ido apareciendo en los últimos años bajo la denominación de Life-Span Development (20). En realidad ya S. Hall (1922) advirtió que era superficial considerar el envejecimiento como lo contrario del desarrollo y señaló que implicaba una serie muy compleja de procesos con una variabilidad superior a los que intervienen en la adolescencia, pero parece que se prestó poca atención a sus indicaciones (21).

Esta precisión teórica se ha mostrado más relevante de lo que podría parecer a primera vista. Nos ha puesto en la pista de otro aspecto no menos importante; en efecto, consecuentes con lo dicho, los especialistas nos hablan hoy no tanto de la tercera edad, de la senectud, sino del «proceso de envejecimiento», señalando con ello que no se pueden establecer compartimentos estancos y que el devenir vital ha de estudiarse como un todo evolutivo en el que los avances se comprenden teniendo en cuenta un perpetuo feedback con el pasado (22). Al mismo tiempo esta noción de proceso con sus diversas tareas evolutivas nos permite acentuar los *diversos modos* de habérselas con la realidad (el «to coping» de los anglosajones), teniendo en cuenta el peripetuo entrecruce entre el pasado y el presente hacia el porvenir. Con ello se evita el equiparar la tercera edad (entre los 60-65 años) con la senescencia y aún menos con los procesos más o menos patológicos de la senilidad y decrepitud. Precisamente

los estereotipos antes mencionados han englobado bajo el modelo de la decrepitud, generalmente patológica, todo el proceso de envejecimiento, dificultando y aun impidiendo una correcta comprensión de la evolución vital completa.

## VI. Revisión de la curva del deterioro

Si los hechos socio-políticos y las precisiones teóricas que acabamos de apuntar señalan un camino de posible superación de los estereotipos e imágenes negativas acerca de la persona mayor y del anciano y facilitan así el estudio científico de estos períodos del ciclo vital humano, son los modernos estudios experimentales los que nos han permitido dar un paso relativamente significativo al desmontar el llamado modelo de la curva del deterioro.

En efecto, una serie convergente de importantes estudios, que tal vez podríamos sintetizar en tres grandes grupos, dio lugar a la formación del «modelo deficitario» del desarrollo mental. Según este modelo la inteligencia, la capacidad de aprendizaje y la habilidad psicomotriz, especialmente, experimentarían un descenso muy acusado y prácticamente irreversible a partir de los 30 años aproximadamente.

El primero de este grupo de estudios experimentales está constituido por la elaboración y diversa aplicación de los famosos Army Alpha y Beta Test de Yerkes y colaboradores (1917-1921), Foster y Taylor (1920), Willoughby (1927) y Jones y Conrad (1933). Como es sabido, al entrar Estados Unidos en la primera guerra mundial no tenía establecido regularmente el servicio militar obligatorio y se vio en la necesidad de seleccionar rápida y eficientemente los oficiales y técnicos que precisaba para esta empresa. Bajo el patrocinio de la American Psychological Association, un equipo de investigadores dirigido por Yerkes preparó entre abril y junio de 1917 las pruebas adecuadas para esta selección. Se aplicaron primero a grupos reducidos y luego masivamente; los resultados se consideraron satisfactorios; en total fueron examinados 1.726.966 hombres entre los 18 y 60 años. El libro de Yerkes (1921) hizo públicos los resultados (23). Según ellos aparecía con claridad una disminución significativa (desviación standard) a partir de los 30 años. Yerkes, con todo, advirtió que el descenso general de la inteligencia no debía interpretarse necesariamente como consecuencia del aumento de la edad cronológica, sino que en las puntuaciones globales de aptitud intervenían probablemente otros criterios. El estudio de Foster y Taylor al aplicar la escala de puntos de

Yerkes a diversos grupos de personas de varias edades constató también el descenso general en el baremo total; pero observaron también que si se tenían en cuenta las puntuaciones de varios sub-test, en unos se confirmaba el descenso, como en los que implicaban especialmente el factor tiempo; en otros que examinaban el vocabulario, la capacidad de comprensión, etc., no se constataba el descenso, sino más bien lo contrario. A matizaciones similares llegaron los estudios de Willoughby y Jones y Conrad. En todos los casos se señaló explícitamente la dificultad metodológica de generalizar los datos obtenidos.

El segundo grupo lo constituye Miles y su equipo de la Universidad de Stanford con su batería de test que examinan especialmente la percepción, inteligencia y psicomotricidad. También en este caso se apreció el descenso a partir de los 30 años y mayor aún a partir de los 40 y siguientes. También en este caso Miles hizo una serie de advertencias valorativas; en especial discutió si las personas de inteligencia más elevada, aunque el rendimiento intelectual medido por los test descendiese a un grado medio con el aumento de la edad, podían compensar el descenso con su mayor experiencia, precisión, seguridad, etc., y seguir adelante correctamente en su profesión (24).

El tercer grupo lo constituye las escalas de la inteligencia de Wechsler-Bellevue (1955), entre las que para nuestro propósito hay que subrayar el WAIS (Wechsler Adult Intelligence Scale), que utiliza una serie de subtests (especialmente verbales y de ejecución) cuyos resultados se expresan no por edades, sino en puntos que se transforman por medio de una tabla en una nota standard. La curva de descenso del rendimiento intelectual aparece a partir de los 30 años, pero con una serie de precisiones semejantes a las antes indicadas. Según U. Lehr, «esta curva se ha popularizado de tal modo que quizás tenga la culpa del modelo deficitario general del envejecimiento; ha dado lugar, con seguridad, a determinadas actitudes negativas y generalizaciones» (25).

A estos tres grupos de estudios basados en diversos test hay que añadir las encuestas realizadas por H. Lehman en las que quiere indagar en qué edad han realizado las mejores obras los pintores, científicos y los profesionales en general. La conclusión a que llega su investigación es que las mejores realizaciones se han llevado a cabo entre los 25 y 35 años; las obras realizadas por algunos artistas, especialmente en su vejez, son tan sólo producciones aisladas (26). No deja de ser curioso notar que esta investigación de Lehman ha sido constantemente citada en apoyo de la tesis del deterioro

debido a la edad, pero casi nadie se ha hecho eco de las continuas y fuertes críticas de que su metodología ha sido objeto, como nota U. Lehr (27).

El conjunto de investigaciones que resumariamente hemos reseñado y en especial, según U. Lehr, la difundida aplicación de las escalas de Wechsler junto con las sugerencias derivadas de las encuestas de Lehman, han dado lugar a la generalización del «modelo deficitario» o curva del deterioro mental atribuido a la edad como *causa*. Y notemos, esto se ha producido a pesar de que casi todos los investigadores han advertido que sus resultados no podían ser generalizados sin más, ya que no se podía excluir, metodológicamente, la influencia de una serie de factores que caían fuera del control experimental; en especial es muy indicativo el hecho, repetidamente constatado, de que la variabilidad individual dentro de cada grupo de edad era muy grande y tendía a aumentar con la edad, y que la comparación entre varios grupos mostraba características similares (28). No obstante el gran público parece que no se percató de esas precisiones y el modelo deficitario se popularizó; buena prueba de ello es que se ve reproducido en no pocos manuales y aún monografías.

Con todo, en el terreno netamente científico, muy pronto los investigadores comenzaron a poner serios reparos metodológicos a dicho modelo. Mencionemos tan sólo algunos: Así Lorge (1936), Gilbert (1935), Ghiselli (1957), Bayley (1955), Horn y Cattell (1966), y especialmente los estudios longitudinales de Owens (1953, 1966). Todos ellos, examinando el tema bajo diferentes perspectivas, ponen en duda y aun contradicen abiertamente la tesis generalizada del modelo deficitario. La bibliografía a este respecto es tan basta que estaría aquí fuera de lugar cualquier intento de sistematización aun mínima. Pueden consultarse las obras que indicamos en nota (29).

En cambio, para nuestro objetivo en este artículo sí parece oportuno reseñar aunque brevemente algunos de los principales factores o variables que al incidir en el curso del desarrollo evolutivo modifican significativamente el modelo deficitario antes mencionado.

La crítica del modelo deficitario del desarrollo se ha basado principalmente en las investigaciones acerca del *rendimiento intelectual*, la capacidad de *aprendizaje* en la edad adulta y la modificación de las aptitudes psicomotoras, ya que los métodos experimentales empleados permitían en esos campos una objetivización y medición más adecuada. Apoyándonos principalmente en el excelente libro de Goulet y Battes (eds.) y en el de U. Lehr, indicaremos a

modo de síntesis los principales resultados que hoy poseemos.

*Rendimiento intelectual:* Los resultados obtenidos por Wechsler pusieron de relieve que en el decurso de la vida se modifican diversamente las diferentes funciones y facultades psíquicas, lo que hacía imprescindible un estudio que atendiese a esas diferencias. El análisis factorial facilitó esa consideración diferencial, ya que considera la inteligencia como una unidad funcional de «funciones primarias», relativamente independientes entre sí, que actúan conjuntamente, en constelaciones específicas para cada caso, para la solución de diversos problemas (Groffmann, 1964) (30). En el proceso de envejecimiento «estos rasgos intelectuales están sometidos a desplazamientos y reorganizaciones irregulares dentro de los períodos de la vida» (Riegel, 1959) (31). Horn y Cattell (1966) comprobaron una disminución con respecto al conjunto de todas aquellas facultades que se denomina «inteligencia fluida», o sea, las que implican adaptación, agilidad mental, capacidad de combinación, etc.; en cambio, aquellas facultades comprendidas bajo la denominación de «inteligencia cristalizada» y que suponen conocimientos generales, experiencia, caudal de vocabulario, comprensión del lenguaje, etc., irían en aumento. Resultados concurrentes obtuvieron las investigaciones de Mol y Wimmers (1971), Palmore (1971) (32).

Con todo, conviene notar que estas apreciaciones críticas generales están sujetas a modificaciones a tenor del influjo de otras variables como ambiente estimulante, motivación, cultura, etc., como expondremos más adelante. Por tanto, la revisión del concepto de inteligencia general nos indica ya que la inteligencia no disminuiría, sin más, debido a la edad, sino que según algunos factores, determinadas temáticas, etc., pudiendo en algunos casos aumentar por lo menos hasta los 60 años; más aún, según Yarvick y cols. (1973), hasta los 80 años (33).

*Factor velocidad:* Una objeción ya clásica al modelo deficitario se basa en que no siempre se había tenido en cuenta el factor velocidad. Una serie de estudios han mostrado que con la edad no se daba propiamente una pérdida de las aptitudes mentales, sino que se presentaba la necesidad de más tiempo para realizar ciertas tareas; en consecuencia, si se excluía el factor velocidad los rendimientos permanecían estables o aumentaban. Entre otros lo ha probado especialmente Undeutsch (1959), que constató un progresivo aumento hasta los noventa años (34). Por esta razón, Birren llegó a formular la tesis de que la lentitud del comportamiento sería el proceso primario del envejeci-

miento (1965); si se aislaba el factor velocidad el rendimiento aumentaba también en los jóvenes. U. Lehr discute esta aseveración de Birren y con razón, ya que la disminución de la velocidad puede deberse a varias causas, por ejemplo, deseo de seguridad, mayor afán de exactitud, menor gusto por el riesgo, etc., aspectos que no suelen ser características usuales en los jóvenes. Por lo demás parece que no está suficientemente estudiado y menos comprobado que la causa de la lentitud se deba a un proceso cerebral irreversible (35).

*Dotes iniciales:* Por el estudio de Terman y Oden (1959), de tipo longitudinal estricto, se sabe que los individuos con un cociente intelectual alto lo mantienen a lo largo del tiempo o bajan lentamente. También el ya citado estudio longitudinal de Owens (1953) ofrecía datos similares: Un aumento a lo largo de 31 años sobre todo en las pruebas de conocimiento y vocabulario. El mismo Owens, 11 años más tarde, obtuvo resultados concurrentes, si bien advirtió una mayor diversificación interindividual que atribuyó a circunstancias profesionales y familiares (1966). El equipo de la Universidad de Bonn (Thomae, Rudinger, Erleimer, 1969-1971), constató también una constancia relativamente elevada en la edad adulta (estudio longitudinal). Puede ser ilustrativo notar que en el estudio de Rudinger las mujeres de más de 60 años lograron al tercer año de ser sometidas a diversas pruebas un aumento significativo en los resultados; según interpreta Thomae este aumento es debido probablemente a una mejor adaptación emocional a la situación de stress provocada por la experimentación; o sea, al principio, al no estar habituadas, respondieron peor; luego, ya más habituadas, dieron resultados de acuerdo con la realidad. En conjunto, pues, el tener en cuenta el punto de partida o dotes iniciales obliga a revisar las curvas del deterioro, es decir, no se cumplen sin más las previsiones de descenso (36).

*Formación escolar:* Los estudios basados en el método transversal incluían en cada uno de los grupos que se comparaban sujetos con diversa formación escolar: Unos con escasez de la primaria, otros con estudios medios y aún superiores; las puntuaciones medias quedaban obviamente distorsionadas por este factor que no se había controlado. Este factor incide especialmente en las comparaciones entre la población joven y la adulta-anciana por circunstancias históricas obvias. Si la curva del rendimiento intelectual bajaba, muy probablemente podía ser debido no tanto a la edad cuanto a la diversa formación escolar previa, como comprobaron Granick y Friedman (1967) (37). Si el factor formación escolar se mantenía constante

no se notaba disminución alguna en las pruebas de aprendizaje, memoria próxima y a largo plazo, información general, orientación en el espacio, coordinación motor-visual, como constataron Birren y Morrison (1961) y Löwe (1970), lo que confirma la importancia de este factor en el curso evolutivo (38).

**Entrenamiento profesional:** Una serie de estudios muestran que las variaciones en el rendimiento intelectual que aparecen con la edad se deben principalmente al tipo de actividad profesional que los probandos han tenido en el curso de su vida; o sea, si esta actividad profesional requería el ejercicio habitual y específico de la inteligencia, la disminución no aparecía o sólo levemente, y lo contrario. En el fondo no es más que una confirmación de que el «desuso deteriora», así Berkowitz y Green (1965) (39).

**Entorno estimulante:** La influencia del entorno estimulante es bien conocida y estudiada en la primera infancia. En los adultos se ha realizado una serie de investigaciones con los llamados «gemelos de investigación», o sea, pares de personas en las que se ha igualado la edad, status social, situación familiar, cociente intelectual, etc. Sólo se ha mantenido variable el ambiente estimulante. Pues bien, se ha constatado que aún sólo al cabo de un año las diferencias debidas a este factor eran significativas (Weinstock y Bennet, 1968, 1969) (40).

**Estado de salud:** En los estudios transversales no se tuvo siempre en cuenta al analizar el rendimiento mental la influencia que podía ejercer el factor estado de salud; a veces se comparó un grupo de ancianos, muchos de ellos enfermos, con un grupo de jóvenes en su mayoría sanos. Se interpretaron entonces las diferencias halladas como deterioro mental debido a la edad. En cambio, en el conocido estudio de Bethesda llevado a cabo por Birren y Borwinick con un grupo de colaboradores especializados en diversas materias (1963), se dividió la muestra en dos grupos: uno con los varones en estado de salud óptimo, y el otro con los varones con cierto malestar físico, pero que no presentaban síntomas patológicos. Aplicado el test de Wechsler, el primer grupo fue claramente superior al segundo; resultados semejantes obtuvieron Lonoff y Kennedy (1966) (41). El deterioro mental, pues, no sería debido a la edad, sino a la presencia del factor mala salud, factor que puede coincidir con la edad, pero no necesaria ni universalmente.

**Biografía:** En los estudios de Owens (1966) ya se constató una clara correlación entre la conservación y aún aumento del rendimiento intelectual por una parte y por otra el grado de éxito profesional, satisfacción con su propia vi-

da anterior incluida la esfera privada. Los estudios longitudinales de Bonn (Thomae, Tismer, 1969, 1970) profundizan en los aspectos biográficos tales como el afán de ampliar el marco de los intereses, la actitud ante los logros profesionales, conservación de los contactos sociales y el resultado de los test de inteligencia. La correlación es positiva. Interesante es también la correlación significativa entre la actitud abierta frente al futuro y la capacidad de rendimiento intelectual más elevada (C.I. superior a 115); en cambio, si la actitud es negativa de cara al futuro, los cocientes intelectuales suelen ser inferiores a 100; estas correlaciones son más altas en los varones que en las mujeres y más en los individuos de 70 años que en los de 60, como observaron Lehr y Schreiner (1949) (42).

**Condiciones de motivación:** Según algunos autores, las personas mayores no se sentirían motivadas ante la tarea que supone la resolución de un test que para ellos, en general, no constituye una situación de competitividad. De ahí se derivaría el menor rendimiento. Podría influir, según Oberleder (1964), una actitud como de huida para evitar la ansiedad: «prefiero no decir nada a decir algo equivocado». Este aspecto pone particularmente de relieve la dificultad de interpretar las respuestas a los test en las pruebas que se realizan con personas mayores y ancianas. Sin conocer bien el contexto personal es prácticamente muy arriesgado valorar debidamente sus respuestas. Atribuir, sin más, los resultados deficitarios a la edad, como pretende el modelo del deterioro, es poco objetivo o, cuando menos, apresurado.

Si se tienen en cuenta los datos aportados en estos nueve apartados que siguiendo básicamente a U. Lehr hemos reseñado, podemos decir con la autora que si se examinan los datos aducidos la variable edad no aparece sino como una entre otros muchos determinantes de la capacidad de rendimiento intelectual en la edad propecta. Más aún, las variables dotes iniciales, formación escolar, enfrentamiento profesional, entorno estimulante, situación biográfica, motivación, y sobre todo su entrecruce, típico en las personas que tienen tras de sí muchos años, hacen pasar a segundo plano las meras diferencias de edad. Esto es tanto más patente cuando se han constatado considerables diferencias dentro de cada uno de los grupos de las mismas edades. O sea, el factor biográfico acumulativo sería lo principal y no la mera edad. Un detallado estudio de Rudinger (1971) basado en el análisis de variancia confirma plenamente este aserto. Por lo tanto, concluye Lehr, el número de años de vida que el sujeto tiene detrás de sí no es, en modo

alguno, el factor decisivo de la capacidad de rendimiento mental; la formación escolar, la profesión, la posibilidad de práctica que esta implica así como el estado de salud, poseen, en este sentido, una importancia mucho mayor (43).

*Capacidad de aprendizaje en la edad adulta:* Si entendemos por aprendizaje «la modificación del comportamiento determinada por la experiencia», es obvio que el aprendizaje no se limita a ningún período del desarrollo humano; aprende el lactante, aprende el joven, aprende también la persona adulta y el anciano. No es menos patente que en la capacidad de aprendizaje influyen la inteligencia y la memoria a corto plazo, pero como ha mostrado Löwe (1971) no puede identificarse meramente con estos dos factores (44). Intervienen además otras múltiples factores (sensoriales, perceptivos, memoria a largo plazo, etc.); por ello no es posible medir la capacidad de aprendizaje mediante un test único, como se intentó en las primitivas pruebas clásicas (Ebbinghaus, 1885; Muller, 1900), aunque aquel proceder tenía la justificación de que se pretendía medir preferentemente el rendimiento de la memoria. En los estudios posteriores de Thorndike (1928), basados sobre todo en el aprendizaje de sílabas sin sentido, aparecía la curva del deterioro, pero aún en ellos quedaba indicado que la causa fundamental no era la edad, sino la falta de hábito, o sea, la hipótesis del desuso, la atrofia por la inactividad específica, como confirmó luego Sorenson (1930). Si en cambio se empleaba material a base de asociaciones «con sentido», no se presentaba la curva de descenso, sino a veces un aumento aún en personas ancianas provecas (Preobrazhenskaya, 1966) (45).

Una serie de investigaciones ha puesto también de relieve que cuando aparece la curva de descenso en el aprendizaje, este descenso se debía a la dificultad en codificar la información; o sea, no se empleaban estrategias para la memorización, asociación, etc., que dieran un sentido suplementario a la prueba; si esto se lograba, no había descenso. En los jóvenes esto se hace espontáneamente (Hulicka y Grossmann, 1967; Craik, 1968) (Ibid.). Por lo tanto, no parece probado que el descenso se deba a la pérdida de las huellas mnémicas o a determinadas interferencias, sino a un déficit creciente en la codificación y registro del material nuevo. Esto es tanto más notorio cuando el material presentado en orden al aprendizaje es «complejo» y «muy complejo». Pero esta dificultad de codificación es de suyo reparable y compensable. Las consecuencias prácticas que esto implica son patentes (pedagogía de los adultos, psicología industrial, etc.).

Además de la influencia debida a la dificultad de codificación, diversas investigaciones han puesto de relieve una vez más el papel decisivo que juega el factor tiempo en la aparición de la curva de descenso. A este respecto hay que tener presente otro factor: «Las pausas intercaladas»; es sabido que éstas favorecen el aprendizaje en los jóvenes, en cambio con los adultos ocurre lo contrario, como ha mostrado Roth (1961). También el aprendizaje «global» es más eficiente para los ancianos, mientras que para los jóvenes lo es el aprendizaje fraccionado (Downs, 1965). (Ibid.).

Además de lo dicho hay que tener presente que en el caso del aprendizaje, como antes vimos en el del rendimiento intelectual, intervienen una serie de factores como las dotes iniciales, el ejercicio, el estado de salud, la motivación, etc. Por todo ello no puede afirmarse que haya una curva real de deterioro en el aprendizaje debida causalmente a la edad, sino a ese complejo entramado de factores en los que la edad es un factor más, ciertamente, pero, en cuanto tal, no es el decisivo.

*Modificación de las aptitudes psicomotoras:* Es otro de los aspectos conductuales más estudiados en relación con la curva del deterioro. En la realización de las pruebas que manifiestan la habilidad psicomotora, intervienen múltiples factores según sea la tarea que se desea experimentar; procesos sensoriales, integración y elaboración de las diversas señales, destreza manual, coordinación, rapidez de reacción, resistencia al esfuerzo, etc.

Entre los criterios más usados para medir el rendimiento psicomotor están el tiempo de reacción y el número de errores. Welfrod y su equipo han investigado especialmente este tema (1958, 1959, 1966). Los primeros trabajos mostraban un descenso con la edad, pero luego llegaron a la conclusión de que las personas de mayor edad trabajaban con más lentitud, pero con mayor precisión y mayor constancia, lo contrario ocurriría con los jóvenes. Para puntualizar más correctamente este importante aspecto se ha distinguido entre el componente premotor (= aparición de la señal-desencadenamiento del acto motor) y el componente motor como tal (= tiempo de ejecución). Pues bien, el primero, el pre-motor, se alarga con la edad, no así el segundo, que permanece igual. Pero se observó una matización importante: «Si se da una señal previa como de «alerta», el tiempo pre-motor disminuye. Por lo tanto, al ir en aumento la edad se alarga únicamente el tiempo destinado a captar una determinada situación, pero una vez se ha conseguido, la reacción tiene lugar en paralelo con el probando joven. De ahí que si se hace intervenir la señal

de «alerta» se reduzca el tiempo pre-motor, como ha mostrado Bottwinick y Thompson (1966) (46).

Influyen otros aspectos también, como la clase de información recibida; así una información múltiple y simultánea, perjudica más a los ancianos que a los jóvenes; probablemente por las mismas razones que antes hemos apuntado: afán de seguridad, evitación del riesgo, etc.; lo mismo las pruebas que implican una complejidad grande como puso de relieve Kay (1954). Pero también aquí el factor perseverancia-vigilancia, típico de las personas mayores, posibilita cierta compensación, sobre todo si están motivados en la tarea a realizar, como suele ocurrir en la vida profesional.

Concluimos esta rápida reseña citando a Lehr: «Se puede contestar a la cuestión relativa a la modificación de la capacidad de rendimiento psicomotor en la adultez proveyendo afirmando que, hasta ahora, no se ha podido demostrar que haya una determinación general debido al envejecimiento. Actúan aquí como agentes de modificación una serie de factores, como los tipos de presentación de los estímulos desencadenantes, la señal previa, la multiplicidad y claridad de las informaciones, el grado de complejidad de las pruebas correspondientes y sobre todo aquellos factores que afectan a la situación biográfica, como la estructura de la personalidad, capacidad de rendimiento intelectual, status social, formación escolar, experiencia profesional y estado de salud» (47).

## VII. La edad como variable independiente

Si sintetizamos lo que hasta aquí hemos expuesto podríamos decir que el creciente envejecimiento de la población en el mundo occidental ha promovido un mayor interés por las investigaciones acerca de la tercera edad y la vejez; pero al mismo tiempo una imagen negativa de estas etapas de la vida, basada en unas apreciaciones no objetivables y en datos que se han generalizado indebidamente, han dificultado la correcta comprensión del proceso de envejecimiento, dando lugar a la llamada curva del deterioro o modelo deficitario de la vejez. Con todo, una serie de factores sociopolíticos han renovado el interés, y sobre todo las investigaciones experimentales han criticado severamente ese modelo y han provocado una investigación cada día más en auge. Tanto el aspecto intelectual como la capacidad de aprendizaje y psicomotriz, debidamente investigados, han obligado a matizar y aún rechazar como algo establecido el modelo del deterioro debido a la edad. Evidentemente, la ciencia

experimental no tiene nada de dogmática, sus hallazgos son siempre revisables; por esto la fuerte crítica que hemos presentado del modelo deficitario no puede llegar a considerarse como algo apodíctico y definitivamente establecido. Lo único que con seguridad se puede afirmar es que los hechos hasta ahora comprobados no avalan este modelo, sino más bien inducen a rechazarlo.

En realidad, con todo, lo que aquí está en cuestión es un aspecto metodológico más profundo y de largo alcance. Se trata, en efecto, de interrogarnos si la variable edad cronológica es una variable independiente o no. En otras palabras, ¿podemos considerar la edad cronológica por sí misma como *causa* de las modificaciones comportamentales que se observan a lo largo del transcurrir temporal a que está sujeta la vida humana? No es lo mismo decir que los cambios ocurren *en* el tiempo que afirmar que *el* tiempo es el causante de los cambios. Y notemos que esto es válido para cualquier momento evolutivo, sea la infancia, la adolescencia, la tercera edad o la ancianidad proveyendo. De hecho, el modelo del deterioro antes comentado no sólo afirmaba la coexistencia del descenso de las aptitudes (mentales, etc.) con el avance de la edad cronológica, sino que veía en la edad cronológica el factor causal por excelencia. Más aún en los estereotipos populares antes mencionados. Por esto cuando se habla de un «viejo joven» se entiende que se trata de un caso excepcional, de un individuo que ha logrado remontar la corriente, que parecía inexorable, del tiempo; ha resistido a sus embates. Y en el terreno científico, recordemos que ésta era también la idea que subyacía en la noción de «desarrollo», al considerarlo meramente como expansión y, por tanto, se desatendían los períodos en que esa expansión no se manifestaba, sino más bien todo lo contrario, la involución. Involución que para más claridad se ejemplificaba de hecho con la decrepitud patológica, como ya expusimos.

Pues bien, contestando a la pregunta que antes nos hemos formulado, podemos afirmar que en el momento actual la casi totalidad de los psicólogos que investigan el desarrollo humano responden que los hechos experimentales no avalan la admisión de la fórmula  $C = f(T)$ , o sea, que los cambios comportamentales (C) sean función (f) del tiempo (T); y consiguientemente tampoco encuentran apoyo para admitir que  $C = f(E)$ , la conducta como función dependiente, en sentido causal, de la edad cronológica (E). La razón es bien sencilla: El tiempo, y más aún la edad cronológica, sólo «representa un índice global y sintético, indiferenciado; es

un aglutinante cómodo para designar un conjunto de factores en compleja interacción que actúan a lo largo del transcurrir temporal» (48). La edad cronológica, pues, sólo sería como una etiqueta bajo la cual habría que colocar una serie complejísima de variables y sobre todo sus mutuas interrelaciones: Herencia, experiencia pasada, presente; medio ambiente (atmosférico ecológico, familiar...), etc. Hoy nadie admitirá que el niño habla *porque* tiene tres años, o que es capaz de leer *porque* tiene siete años... Tres años, siete años... son tan sólo un *índice* globalizador de una serie de variables y procesos interrelacionados que actúan a lo largo del tiempo y que son los responsables del cambio evolutivo. Pero la edad como tal, la variable edad, no es *causa* de estos cambios, sino a lo más un *indicador* de lo que suele ocurrir en un período cronológico determinado. La variable edad, pues, no puede ser ni una variable independiente (causal), ni, de suyo, una variable dependiente; ¿dependiente de qué? se formula C. Coll (Ibid.). Según el modelo teórico del desarrollo que se adopte podrá considerarse la edad como una función *referencial*, o sea, el conjunto de variables y su interrelación provoca una serie de cambios comportamentales que se pueden medir en *relación* al momento en que se producen, en relación a la edad cronológica del organismo. Estas ideas son hoy moneda común, como ponen de relieve los importantes estudios de Wohlwill, Goulet y Baltes, Aschenbach, etc., varias veces mencionados ya. A esto podemos añadir una reciente aportación de Trautner: La edad, como tal, no es una *magnitud psicológica*, sino una abreviación útil de la suma de factores que actúan en el tiempo. Además, al poner de relieve la edad se corre el peligro de infravalorar las diferencias individuales y se presta a subrayar los aspectos meramente descriptivos sin entrar en el análisis profundo de las causas que han provocado los cambios comportamentales (49).

#### VIII. Problemas metodológicos

Así las cosas, se comprende que el problema fundamental que ocupa intensamente a los psicólogos del desarrollo evolutivo humano sea el metodológico. En realidad tanto la exposición del modelo deficitario como la crítica de que ha sido objeto, son un exponente de las dificultades metodológicas que los investigadores han encontrado y no siempre superado. Ni el simple agrupamiento por edades cuya base científica es prácticamente inobjetivable (sería una mera referencia), ni el método transversal que

puede enmascarar las diferencias interindividuales y en el que es muy difícil controlar todas las diferencias intergrupales, ni el método longitudinal, mucho más objetivo de suyo, pero que entre otros aspectos dificulta la generalización, ni los modelos que combinan estas dos modalidades, como el de la convergencia de Bell (1953) ni el modelo trifactorial o secuencial de Schaie (1965), ni el bifactorial de Baltes (1967)..., nos permiten apresar la realidad e interpretarla con la deseada objetividad (50). No es de extrañar, pues, que desde la aparición del imponente volumen de Mussen (Ed.) «Handbook of research Methods in child development» (1960) hasta el momento actual no haya cesado el esfuerzo para esclarecer los problemas metodológicos que el estudio del desarrollo implica. La ya citada serie del «Life-Span developmental Psychology» con sus varios volúmenes es tal vez su principal exponente. Cada temática evolutiva tendrá que adoptar su propia metodología, metodología que a su vez estará íntimamente ligada a los modelos y teorías que presiden la investigación: Teorías biogénéticas, organicistas, psicoanalíticas, conductistas, del aprendizaje social, etc. A esto hay que añadir, evidentemente, los problemas nada fáciles del muestreo adecuado, de la medición, de la validación interna y externa y los inherentes a la interpretación de los datos y la selección de los diversos tipos de diseño tanto los descriptivos como los interpretativos y explicativos (51).

Imponente tarea que tiene que abordar decididamente quien desee avanzar en el conocimiento y predicción de la conducta humana en su periplo evolutivo. Este aspecto metodológico que nos hemos tenido que limitar solamente a indicar y aún de un modo fragmentario, es fundamental; si lo hemos mencionado es para poder englobar mejor la problemática de la senectud dentro del amplio campo de la psicología evolutiva subrayando con ello que sus problemas son comunes a todo el desarrollo vital. Esto nos permitirá también, con mayor fundamento, derivar algunas consecuencias como vamos a intentar hacer en los párrafos siguientes.

#### IX. Aspectos diferenciales del proceso del envejecimiento

Después de haber expuesto a grandes rasgos la problemática actual del proceso de envejecimiento y con alguna mayor detención la crítica del modelo del deterioro, nos parece conveniente seleccionar ahora tres problemas fundamentales característicos del proceso de envejeci-

miento cuya exposición creemos puede contribuir a esclarecer toda la problemática en torno a la tercera edad y vejez y permitirnos luego presentar algunas conclusiones y sugerencias. Hemos escogido los temas del *climaterio*, la *jubilación* y la *crisis de identidad*, porque en ellos se manifiesta de una manera peculiar la pluralidad de factores que intervienen en su estructuración y de una manera especial porque el modo *como* cada uno se enfrenta con ellos, los vivencia y supera, depende de gran medida de cómo haya integrado sus experiencias pretéritas, lo que nos ayudará luego a formular algunas conclusiones y sugerencias como acabamos de indicar.

*El climaterio:* El climaterio como marco general y la menopausia como punto referencial es un hecho bien conocido; se producen una serie de modificaciones de las secreciones hormonales, con un fuerte descenso de los estrógenos, trastornos en la homeostasis fisiológica y pueden inducir una serie de molestias que varían tanto en el grado como en la duración de una mujer a otra. La época en que aparece la menopausia varía también (normalmente entre los 48 y 51 años); a veces de repente, otras veces con intermitencias. Esas irregularidades son fuente de incertidumbres e incomodidades, como lo son también las molestias que no pocas veces acarrea ese cambio hormonal (debilidad, vértigo, trastornos emocionales, etc.). Con todo, sin pretender infravalorar en absoluto esta realidad, la tendencia actual, según muchos especialistas, se separa no poco del estereotipo corriente. Hoy se insiste cada vez más en que los clásicos problemas del climaterio se derivan menos de lo biológico que de lo social y psicológico. Así, Th. Lidz nos dice: «Ni los cambios físicos del climaterio ni los emocionales son producidos únicamente por las modificaciones endocrinas. Algunas molestias derivan del temor a los efectos de la menopausia que provoca preocupaciones anticipadas. Las creencias populares, transmitidas por las mujeres de una generación a las mujeres de la generación siguiente, dan por sentado que la menopausia ha de provocar grave inestabilidad emocional y mental y que puede considerarse afortunada una mujer menopáusica si no se siente fuertemente deprimida. Los síntomas físicos se exageran hasta convertirlos casi en insoportables...; se presentan trastornos que guardan relación con la actitud de la mujer frente a su pertenencia al sexo femenino. La tradición de que el climaterio es una época de sufrimiento, agrava los síntomas y esta agravación favorece la continuación de la tradición. La creencia, corriente en mujeres y en hombres, de que la mujer pierde con la menopausia la capacidad de experi-

mentar placer sexual y de reaccionar como antes, puede conducir a algunas mujeres a considerarse viejas, no deseables... Estas creencias no tienen base real. Se han reunido actualmente amplias pruebas de que la capacidad sexual de la mujer en el período de su edad madura es superior a la del hombre. La estimación propia, en la mujer, está con frecuencia estrechamente relacionada con la capacidad de tener hijos... La mujer siente la pérdida de este signo de su plenitud genital, de este indicador de la capacidad procreadora, que le daba un sentimiento de valor... A menos que su propia estima como mujer y como madre haya arraigado en ella, le hace sufrir la pérdida de los signos físicos de su cualidad femenina...; muchas mujeres experimentan un marcado descenso en el estado de ánimo que no se corrige *hasta que se reorganizan y encuentran nuevos modos de vida y nuevas fuentes de propia estimación*» (52).

Como se ve, pues, la aceptación de su rol femenino, el ambiente socio-cultural con sus falsas leyendas, repercuten negativamente en la apreciación subjetiva del hecho menopáusico y del climaterio mucho más que la misma realidad biológica, y sólo se supera este marasmo cuando se reorganiza su personalidad. Lo mismo viene a decirnos, y con mayor fuerza, U. Lehr, especialista en esta materia: «Se subrayan los 'cambios de la actividad endocrina' (Moers) y sus consecuencias y se deduce directamente de los mismos la presencia de unas crisis profundas. Que se trata de una opinión absolutamente falsa lo han podido demostrar, además de Bürger-Prinz (1956), Kehrer (1959), Haseloff (1956) y Neugarten (1963). Estos autores hacen responsable de las vivencias negativas de la llamada 'edad media de la vida' a una *actitud preestablecida de expectativa errónea*; lo mismo hemos observado en nuestros propios estudios... La actitud de expectativa con que se entra en esta época es de índole negativa, es decir, se trata de un período caracterizado por ciertos temores relativos al bienestar físico. No son, sin embargo, los síntomas somáticos los que provocan las crisis. Una importante fuente de crisis es la propia expectativa negativa que carece, en este sentido, de fundamento. Como segunda fuente de las situaciones de sobrecarga no aparece el estado de salud —que, a lo sumo, se adelanta— sino, más acusado, el conflicto de roles» (53).

Relacionado con este tema está el más amplio de la actividad sexual en las personas adultas y ancianas, mujeres y hombres. También en esto las creencias populares se apoyan en bases preeminentemente biológicas, pero inexactas, tomadas de casos individuales extremos, y no pocas veces en prejuicios totalmente desprovis-

tos de fundamento. No resistimos a la tentación de reproducir una de esas aseveraciones populares aunque tenga un carácter más bien jocoso: «Tri-weekly. Try weekly. Try weakly» (Puner, 1974) (54). Pero, una vez más, los hechos, metodológicamente bien estudiados, nos presentan una realidad muy distinta. Notemos, con todo, que no es fácil obtener datos fidedignos sobre esta materia por las reticencias que, por lo menos hasta no hace mucho tiempo, se manifestaban respecto a este tema. No deja de ser significativo que en el amplio estudio de Kinsey y colaboradores, sólo se hayan dedicado dos páginas a la sexualidad del hombre de edad avanzada (informe de 1948) y respecto a las mujeres una sola página (informe de 1953). Hoy la situación ha variado sensiblemente y poseemos importantes estudios sobre esta temática. Reseñaremos tan sólo algunos más representativos a nuestro juicio.

En el estudio gerontológico longitudinal de Duke (Palmore, 1970) se aportan una serie de datos empíricos con relación a este tema. La muestra era de 250 probandos. «Del grupo de las personas casadas, 144 probandos, el 54% de estos mostraban actividad sexual que comprendía contactos sexuales que iban desde una vez al mes a tres veces por semana. En el grupo de 60 a 74 años, se manifestaba casi la misma intensidad de la actividad sexual, la cual descendía en el grupo de 75 años. Del grupo de hombres, el 60% aproximadamente se mantenía sexualmente activo hasta muy tarde; de las mujeres, el 40% aproximadamente. Aquellas personas pertenecientes a un nivel socioeconómico más elevado permanecían sexualmente activas apenas el 40%, mientras que las adscritas a un nivel socioeconómico bajo, más del 60%. En conjunto se mostró una escasa correlación entre la actividad sexual y la edad cronológica. La autoevaluación de las personas en cuanto a su actividad sexual *en años anteriores* y en el período de prueba puso de manifiesto una asombrosa constancia» (55). Un estudio más detallado de Verwoerd, Pfeiffer y Wang (1969) sobre la misma encuesta de Duke puntualiza algunos extremos que pueden ser sugerentes: La actividad sexual de los hombres que viven solos con un promedio de 73,04 años era del 80%, y del 55% en los de un promedio de edad de 76,01; Lehr concluye: «En conjunto a partir de los datos expuestos se comprueba que no existe una relación lineal entre la edad cronológica y la actividad sexual. Se han de tener en cuenta la serie de variables que intervienen. Los intereses sexuales no mostraron ninguna disminución con la edad; menos aún que las actividades sexuales». «Con arreglo a los resultados de las investigaciones

de Newman y Nickols (1970), siempre que ambos cónyuges gocen de una salud relativamente buena, las personas ancianas permanecen por regla general sexualmente activas hasta los 70, 80 e incluso 90 años. Rubln (1965) y Armstrong (1963) llegaron a análogas conclusiones; según sus estudios, en los que incluyeron a personas de 75 a 90 años, el 50-60% de los hombres eran capaces aún de un coito completo incluso en edades muy avanzadas» (56). A nosotros nos parece especialmente importante el dato ya reseñado de que la actividad sexual en la edad avanzada guarda una fuerte correlación con la que se ha ejercitado durante la vida anterior; los mismos Kinsey, Pomeroy y Martin lo indican claramente (1948) y más tarde los conocidos especialistas Masters y Johnson (1968). Una vez más la teoría del desuso hace su aparición. Esto es tanto más importante cuanto la corriente psicoanalítica subraya que si el sexo se vivenció como algo «sucio», «malo», es normal que su uso decaiga cada vez más y lo contrario.

En conclusión, la edad juega un papel de importancia sólo relativa y en todo caso en estrecha relación con otras variables como hemos constatado en esta sumaria recensión de aportaciones.

#### *Jubilación y tiempo libre*

Otro tema característico de la tercera edad es el de la jubilación y consiguientemente del empleo del tiempo libre, con toda una serie concomitante de dificultades e interrogantes inherentes a esta situación. El tema es tan vasto que nos tendremos que limitar a algunas indicaciones.

Es un hecho relativamente nuevo; en la sociedad pre-industrial y en la familia extensiva (generalmente agrícola), se seguía trabajando mientras se podía, aunque fuese en tareas subsidiarias, como ocurre todavía hoy con muchas amas de casa. Pero con el vertiginoso avance tecnológico y la típica exigencia de «rendimiento», la mayor duración de la vida y el creciente envejecimiento de la población, junto con el fenómeno casi endémico del paro, ha dado lugar a la institución legal de la jubilación. Para nuestro objetivo es interesante notar que socialmente la aceptación del rol de jubilado viene a ser para muchos equivalente a reconocer que se ha entrado en la vejez, y que esto implica generalmente el alejamiento de la vida profesional con la consiguiente modificación del curso diario de la vida, la reestructuración de los contactos familiares que pueden

ir desde una mayor presencia en el hogar hasta el casi total alejamiento de él (asilos, residencias...); puede inducir una intensificación de los hobbies, y en algunos individuos, según los países, a un aumento considerable de las actividades sociales, sobre todo políticas. Evidentemente hay que mencionar el factor económico; en algunas naciones, como la nuestra, las pensiones para la vejez, son, a veces, inexistentes, otras, mínimas; en algunos países, por ejemplo, Alemania Federal, las remuneraciones son aceptables y aún, a veces, superiores a las que se percibían durante el período de empleo normal, como hemos podido comprobar recientemente en no pocos casos de emigrantes españoles que trabajaban en la administración local o en correos (Mains, Frankfurt, etc.). Por esto nos atrevemos a avanzar la indicación que con el paso del tiempo y si se van implantando las mejoras que un poco en todas partes están en curso (gratificaciones adecuadas, asistencia sanitaria eficiente, vivienda acomodada a sus necesidades, etc.), muchas de las dificultades y problemas que se debaten hoy tenderán a aminorar notablemente; entrará también la superación de la «novedad» y un cierto como «aprendizaje-hábito» ante esa situación. Con todo, al menos entre nosotros, lo vemos como un futuro un tanto dudoso y en todo caso lejano.

Prácticamente todos los especialistas están de acuerdo en señalar que el factor más importante en el tema de la jubilación es la *actitud de expectativa* con la que el sujeto afronta esa situación más o menos próxima. Las investigaciones muestran datos discordantes; desde los que nos indican que es vista con una actitud *sumamente positiva*, como una meta largo tiempo acariciada y que les llevará al disfrute de una merecida situación de descanso (como está sucediendo últimamente en América) —Davidson y Kunze (1965)— hasta una actitud *sumamente negativa* equivalente a sentirse inútil, estar de sobre, principio del fin, etc. —Strauder (1955) (58)— hay toda una gama de intermedios. Es evidente que posturas tan encontradas se deben a una serie de variables que es preciso señalar para poder enjuiciar correctamente este punto.

En primer lugar, la postura fuertemente negativa está basada en la creencia de que la jubilación provocará fallos graves de salud que precipitarán la aparición de la senilidad y la muerte. Streib (1967), basado en importantes estudios, ha mostrado que esta postura es técnicamente insostenible (Ibid.), como tampoco es defendible que la jubilación voluntaria antes de la edad legal sea sin más beneficiosa. De hecho, el índice de mortalidad entre los jubilados voluntarios es superior al grupo testigo;

pero como anota Streib, esto es debido, principalmente, a que se pide no pocas veces la jubilación anticipada por motivos de salud; es normal que luego haya más defunciones en este grupo; por esto concluye muy acertadamente Streib: «Este hallazgo indica que es preciso considerar a los jubilados sobre una base más individualizada de lo que actualmente se hace» (Ibid.).

Esta consideración individualizada ha de distinguir una serie de factores. Señalemos algunos: La *edad*: Una serie de estudios muestran que cuando la jubilación está todavía lejos, se desea, pero cuando se aproxima, no pocas veces se mira con malos ojos, como una perspectiva negativa. Con todo, otra serie complementaria de investigaciones en la Alemania Federal han comprobado que inmediatamente después de la jubilación, ésta se valora negativamente, pero al cabo de pocos años la actitud es ya positiva (Thomae, 1969). Lo mismo han comprobado otros estudiosos como Geist, 1968; Dreher, 1970, etc. (58). *Situación profesional*: No sólo la edad, sino especialmente la situación profesional modifica la actitud ante la jubilación. Así, entre los obreros es mayor la disposición a retirarse antes de tiempo (Palmore, 1965; Dreher, 1969; Fillenbaum, 1971). En cambio, entre los empleados hay mayor resistencia y más aún entre los pertenecientes a profesiones elevadas, ya que están con mayor frecuencia más motivados por la satisfacción de su trabajo (Geist, 1968; Davidson y Kunz, 1965) (59). Estos datos, a su vez, dependen de otras variables; así en la gran empresa, con su habitual atmósfera masificada, se desea antes la jubilación y lo contrario en la pequeña empresa, sobre todo si uno se halla a gusto en ella. Esto es especialmente válido en las grandes ciudades, menos en las pequeñas, donde la posesión de un huerto puede ser un motivo adicional para desear la jubilación (Ibid). *La satisfacción en la situación profesional* es metodológicamente difícil de comprobar objetivamente y los resultados son altamente contradictorios, como comenta ampliamente Lehr, inclinándose por la ley psicológica del «efecto de las acciones inacabadas», o sea, si no se está satisfecho con la profesión, se desearía continuar para poder llegar a un límite aceptable, y lo contrario. Pero dada la complejidad del tema con las variables sexo, clase de trabajo, vinculación a la empresa, etc., se dificulta mucho una apreciación objetiva segura (60). El aspecto *económico* con la perspectiva de ver reducidos los ingresos, militaría contra el deseo de la jubilación como no pocos estudios lo atestiguan. Pero por lo que antes hemos apuntado es posible que esto se modifi-

que con el tiempo y en algunos países ya se ha realizado. Por otro lado no falta quien, como Friedman y Havighurst (1954), tomen una postura más bien inversa al distinguir entre las profesiones que sólo representan para el individuo una mera fuente de ingresos de las profesiones en las que, además de los ingresos, lo que predomina sea el prestigio personal, el afán filantrópico, posibilidad de lograr contactos sociales, ampliar horizontes, etc. En el primer caso, se desearía la jubilación, en el segundo, se tendería a retardarla (Ibid.). El *tiempo libre*: En un cierto sentido parece que jubilación y tiempo libre sean dos realidades emparejadas casi necesariamente, al menos si lo económico está de alguna manera garantizado. Con todo, son muchos los estudiosos que llaman la atención sobre un aspecto que nos parece sugestivo: Si un individuo ha vivido «casado» con su profesión, de tal manera que fuera de ella no tiene otros horizontes, es casi normal que tiempo libre llegue a ser sinónimo de cruzarse de brazos, de aburrirse; o sea, si se vive sólo para la ocupación, «si se deja de ser lo que se es, para ser lo que se hace», «si las ocupaciones nos dominan de tal manera que nuestras ocupaciones son el fin de nuestra vida, al tener que abandonarlas, dejamos de ser y comenzamos a morir» (61). En esta línea se comprende que las mujeres casadas que trabajan sólo en casa sigan con su ocupación, un tanto modificada (nietos...), y sean menos susceptibles al aburrimiento-envejecimiento (Ibid.). Notemos también que el tiempo libre y el del ocio que él nos proporciona, puede tomarse como un respiro entre las tareas ocupacionales, pero si se convierte en *mero ocio*, será fácil que no se le vea sentido; en otras palabras, el mero tiempo libre no sincroniza con el de los jóvenes, con el de los adultos antes de la jubilación, y puede dar lugar a aislamientos perniciosos. Todo ello constituye una invitación a fomentar, mucho antes, los hobbies, y a prepararse con antelación para la adaptación a la futura jubilación. En este sentido las aulas de la tercera edad, con las limitaciones que impone la diversidad de cultura, temperamento, etc., pueden aportar una considerable ayuda, pero, a nuestro juicio, sólo si se les ha preparado antes adecuadamente. Por estas razones se están extendiendo en muchas partes los cursos de «counseling» antes del retiro (62).

#### *Crisis de identidad y estima de sí mismo*

Es bien conocido que en la pubertad-adolescencia los rápidos cambios corporales, las nuevas vivencias emocionales, la plena actuación

de la inteligencia que opera en el plano formal (en la terminología de Piaget) y consiguientemente la diversa situación en la familia y en la sociedad, provocan casi siempre una seria crisis de identidad. Pues bien, es normal que a medida que avanza el curso evolutivo humano y se entra en la tercera edad, sobrevenga la jubilación, etc., es normal, decimos, que pueda ocurrir, y de hecho generalmente ocurra, algo parecido aunque con características diferenciales muy acusadas.

En efecto, se da una serie convergente de *cambios corporales*. Este aspecto es innegable y se ha hablado tanto de él que no es preciso insistir. Más bien puede ser oportuno indicar que este hecho ha recibido un trato unilateral muy deformante. A modo de ejemplo digamos que un médico especialista, al revisar los diversos indicadores del envejecimiento, hace notar con cierta ironía que una serie de características «propias» de la vejez (calvicie, canas, arrugas...) se dan también en no pocos jóvenes y no se dan en determinados ancianos. Las alteraciones bioquímicas que se manifiestan progresivamente con la edad, como la continua disminución del agua intracelular, es notoria ya a partir de los 25 años; esta pérdida de agua es más acusada en la masa encefálica, pero es un proceso continuo que se inicia en el estado fetal, de manera que la proporción es ya de 91,9% en el feto de 3 meses, del 77,2% a los 21 años, del 70% a los 67... O sea, es un proceso continuo y a ritmo lento. También disminuye el flujo cardíaco, pero lentamente y el que se constata a los 85 años es netamente suficiente para las necesidades vitales. La arteriosclerosis, frecuente en los ancianos, «ni es causa de la vejez, ni consecuencia de la misma, pues cada vez es mayor su frecuencia en individuos de 25 a 30 años e incluso en niños». Por ello considera que lo más esencial de la vejez no sean las alteraciones físicas que en ella se manifiestan, y que algunas enfermedades no son causa del envejecimiento, pero sí pueden acelerar este proceso (63). Estas afirmaciones que reseñamos no son una opinión particular, es una corriente que desde hace algunos años se va imponiendo; el título de un famoso best-seller lo indica: «Nobody Ever Died of Old Age» (64). Y entre nosotros, el prestigioso profesor Rof Carballo nos recuerda que en 1971 Strahler fue capaz de registrar diecinueve hipótesis patogénicas del proceso de envejecimiento, pero que ninguna de ellas tiene en cuenta la personalidad real del hombre, es decir, su unidad psicofísica; sólo se menciona meramente lo biológico; grave omisión, apostilla. En síntesis, lo biológico es sin duda una faceta importante, pero no la única ni siempre la

decisiva en este proceso (65). Con todo, para el propósito que ahora nos ocupa, hay que constatar que esos cambios biológicos, o más correctamente psicobiológicos, se dan progresivamente con la edad y que el anciano no puede prescindir de ellos, ya que esta nueva imagen corporal, como antes en el adolescente, influye ciertamente en el concepto y estima que tiene de sí mismo, en su propia identidad. Y nótese los cambios corporales y psíquicos en la pubertad-adolescencia eran rápidos, mientras que en la tercera edad y senectud son lentos y progresivos. Pero además, y conviene tenerlo muy en cuenta, el puber-adolescente ve estos cambios con una proyección de futuro abierta, llena de posibilidades; en cambio en la persona mayor, y más aún en el anciano, esos cambios que experimenta los ve como una pendiente hacia el no-futuro, por lo menos en el modo de enfocar la vida que se ha tenido hasta entonces; son unos cambios que pueden abrir ciertas posibilidades, pero que pueden mermar o cerrar otras muchas. Esta diferencia no puede dejarse de lado a la hora de analizar siquiera someramente el concepto de sí mismo y de la propia identidad con la consiguiente valoración o estima de sí mismo que intentamos presentar luego.

Hay además una serie de *cambios ocupacionales*. Antes de la jubilación tendrá que enfrentarse, por ejemplo, con los nuevos procesos de mecanización, registros electrónicos, etc., que se están haciendo omnipresentes en cualquier tipo de trabajo; y además tendrá que alternar con las nuevas generaciones que han recibido una preparación técnica modernizada; esto es válido no sólo en las grandes empresas industriales, sino también en casi cualquier oficina y taller y aún en el mundo agrario. Todo esto va enlazado normalmente con los problemas que implican los mecanismos de ascenso, sustitución, etc. Después de la jubilación los cambios ocupacionales son más patentes y ya hemos hecho mención de ellos.

#### *Modificación del contorno familiar y social:*

Aunque pueda parecer trivial no deja de tener su significado y sus repercusiones el hecho de que uno llegue a ser abuelo-abuela; además de ser un recordatorio del paso de los años induce una serie de cambios en los patrones de autoridad familiar. Antes, como padre, se esforzaba en transmitir, suscitar determinadas actitudes y valoraciones; ahora, como abuelo, tenderá más bien a jugar y cuidar a los nietos intentando, sin lograrlo siempre, tener en cuenta los diversos estilos educativos. Todo ello repercute en la modificación de la conciencia que la persona mayor y el anciano tienen de sí, de su rol, de su identidad. En la estructura *político-*

*cultural* se producen una serie de cambios y con rapidez. Si por lo que se ha llamado la ley de la aceleración histórica se constata, por ejemplo, un aumento de talla, la aparición más temprana de la menarquía, etc., durante la pubertad y adolescencia, todavía es más patente la aceleración en los cambios políticos y culturales. Una persona mayor ha visto sucederse regímenes políticos de significación muy encontrada y las consecuencias de estas modificaciones han dejado huella en él indudablemente. En el plano científico, lo que estudió de joven ha quedado en no pocos aspectos arrumbado (física, química o medicina...) y en lo cultural los cambios han sido todavía más acusados o al menos más notorios; música, arte, literatura, por no decir nada de los hábitos en el vestir y en las costumbres morales. También bajo este aspecto es casi seguro que la persona mayor tenga dificultades en integrar armónicamente tanto cambio y tan rápido, lo que ha repercutir en la imagen y conciencia de sí mismo, en su propia valoración.

Ahora bien, esa especie de factores-situaciones que brevemente hemos mencionado y cuya simple enumeración podría fácilmente ampliarse, como es obvio, pueden inducir y de hecho no pocas veces inducen a la persona mayor a plantearse su propia identidad, es decir, le sitúan (más o menos conscientemente) en una postura de crisis y nos parece del todo necesario insistir en que delante de esta situación no se puede seguir la política del avestruz, sino que, al contrario, conviene airearla, indagar los motivos que la provocan e intentar canalizar las posibilidades de superación. Como veremos, estas posibilidades existen, pero es preciso esclarecerlas, plantearlas y luego tomar la opción personal que cada uno decida.

*La autoestima:* La noción de autoestima, objeto hoy de numerosas indagaciones, es un concepto fundamental, ya que los hechos patentizan que sin un mínimo de autoestima, objetiva y razonable, no es posible la motivación que posibilite enfrentarse con las tareas que la vida nos va planteando y en concreto en los últimos períodos de ella. La inseguridad, la «dislpidia» o desesperanza, en expresión de Lain Entrango, pueden hacer presa de uno e inducirle a sentirse marginado, inútil, etc., y el sentirse inútil es ciertamente una pendiente inclinada muy acusada que puede llevar rápidamente a la decrepitud humana y social, dada la naturaleza psicosomática de nuestro ser humano.

Ahora bien, tanto la estima de sí mismo como su traducción interna, la seguridad-inseguridad, son vivencias que no se fraguan en un día; son más bien el resultado de una serie de factores y circunstancias pretéritas que interac-

túan a lo largo de la vida; así, por ejemplo, lo genético y su manifestación temperamental, el ambiente concreto que ha rodeado su infancia (relaciones padre-madre-hijos-hermanos; estilos educacionales...) y en especial la segunda infancia y adolescencia con los diversos modos de enfrentarse con la realidad que han predominado en su conducta. De una manera especial influye el conocimiento y aceptación de la propia realidad, de su rol específico, con sus posibilidades y limitaciones. Intervienen también el contraste entre la imagen que uno tiene de sí mismo y la que tienen los demás. A veces una persona mayor desearía hacer una serie de cosas, pues se siente con ánimo para ellas, pero teme que el ambiente no acepte su comportamiento, ya que no encaja con la imagen que vulgarmente se tiene de la persona mayor, lo tomarían como «cosa impropia de su edad». Por esto se ha afirmado que «uno es tan viejo como se siente a sí mismo, pero a la luz de la actitud de la sociedad o de los que le rodean» (66). Esta interacción entre los propios deseos y las expectativas de la sociedad y el modo como se integre o supere, dependerá tanto del individuo mismo, con su pasado, como del tipo de sociedad en la que se desenvuelve habitualmente. No será, pues, tanto la edad misma, cuanto ese conjunto de factores y el modo como en cada caso concreto se conjuguen.

Según la interpretación psicoanalítica, esta temática se contempla bajo el punto de vista general de que si bien el inconsciente es intemporal, sí se modifican las estructuras psíquicas mediante las cuales éste se expresa: estructuras tales como los mecanismos de defensa, la formación del yo, las diversas fases o catexias de la Libido, etc. Todo ello está en función de cómo se ha pasado del principio del placer al principio de la realidad y, especialmente decisivo, cómo se ha superado la angustia de castración-complejo de Edipo. Ahora bien, es claro que la persona mayor se percata de que ha habido un cambio en su carácter, que su conducta se ha modificado porque sus posibilidades son otras y el mundo exterior es percibido y le percibe de otra manera (67). Si su Libido intenta buscar, como antes, en ese mundo exterior objetos gratificantes y esta satisfacción se ve reducida o muy minorada, la realización del yo al compás del impulso libidinal puede entrar en una situación de crisis, de conflicto. Es que los mecanismos de defensa no consiguen su objeto y el equilibrio anterior se ha roto. Si esto ocurre, la sublimación no lograda y que ha dado paso a una represión incesantemente renovada, queda dificultada en sumo grado y es normal, en esta interpretación, que

renazca la angustia de castración, es decir, la imposibilidad de renunciar al ideal del yo narcisista. En este caso se producirán regresiones que tomarán forma diversa según el momento y el grado de las fijaciones pretéritas. Así es fácil constatar en los ancianos regresiones de tipo oral, como el obsesivo afán por la comida, por ser atendido, cuidado; o de tipo anal, como la exagerada preocupación por el proceso de eliminación y sus transformaciones características en la avaricia, afán de poder, negación de la realidad; o de tipo fálico, como el deseo morboso de presunción, el exhibicionismo, la extremada atención a su cuidado personal, afán de independencia, etc.

Por lo tanto, según la interpretación psicoanalítica, la inseguridad, el sentimiento de inutilidad, los conflictos con las otras generaciones, la afirmación inadecuada de sí mismo, en una palabra, una cierta angustia, sería vista o como una regresión a conflictos mal superados en edades pretéritas que se reactivan y se manifiestan en formas conductuales inadecuadas (el síntoma pasa de ser una expresión del inconsciente a ser un mecanismo de defensa contra la angustia), o también, dado el dinamismo del yo y lo cambiante de las circunstancias individuales y sociales con que ha de enfrentarse, se revela como una incapacidad de renovar el equilibrio perdido por medio de una auténtica reestructuración del yo, con la renuncia a la «omnipotencia» infantil (narcisismo) reajustando sus pulsiones a las posibilidades reales, no por el camino de la renuncia, sino por la participación; una restitución de la realidad al sujeto. Como es sabido, Freud se mostró muy escéptico ante la posibilidad de psicoanalizar con fruto a las personas de más de 50 años. Pero se pueden aplicar los principios generales del psicoanálisis (68). Esta opinión fue sustentada sobre todo a partir de su discípulo K. Abraham, si bien es necesario reconocer la dificultad que representa la escasa literatura sobre la terapia de personas ancianas, lo que refleja un déficit teórico en este campo de trabajo. Con todo, se practica con éxito una terapia de apoyo y ayuda que induce a no culpabilizar a los otros, a una postura más realista respecto a sí mismo y a los demás, a incorporar nuevos objetos, nuevas posibilidades en su estructura psíquica, dando así nuevas perspectivas al desarrollo del yo; o sea, disminuir la disociación del yo al experimentar un nuevo sentido de la propia entidad descubriendo un nuevo tipo de relación con los objetos. Según la escuela psicoanalítica actual, para esto precisa una cierta flexibilidad, pero la inflexibilidad no está determinada meramente por los años cronológicos, con lo que la edad, en sí misma,

no es una contraindicación absoluta para el análisis y menos aún para la terapia de apoyo. Tenemos, pues, que la desestructuración psíquica, más o menos aguda, que se puede presentar en la edad adulta, está sobre todo en función del pasado con sus factores sociales concomitantes, y del efecto acumulativo del pasado que dificulta los reajustes y participaciones actuales que permitirían una correcta reestructuración del yo.

Según el enfoque de A. Adler, los trastornos conductuales, especialmente en la edad adulta, se deben al divorcio entre el afán de conservación-afirmación de sí mismo, por una parte, y el impulso de realizar esta tarea *en y por* la sociedad, por la otra. Consecuente con esto, la terapia se basará en intentar unificar esas dos tendencias básicas y complementarias que de hecho no se han desarrollado conjuntamente, sino que la primera, afirmación de sí mismo, se ha promovido al margen y aún a expensas de la otra, el impulso social. En este sentido de psicoterapia de corte adleriano puede ser especialmente indicada para la edad adulta, y lograr la integración de las dos tendencias de una forma armónica consiguiendo así la plena realización del individuo.

En la óptica de C. G. Jung, la noción del «Selbst» y el proceso de individuación constituyen el meollo de la salud psíquica, ya que sin su logro la vida queda como sin norte, sin sentido y de ahí derivarían, según Jung, la mayor parte de los problemas y trastornos que se manifiestan en la edad adulta. Puede ser interesante recordar aquí que desde posturas tan ajenas a la junguiana como la de E. Bloch (Das Prinzip Hoffnung) se propugna una tarea similar tomando como horizonte la reestructuración del yo y en especial el bien futuro de la sociedad y en un sentido paralelo, tal vez más profundo, hace lo propio R. Garaudy (69).

Esta brevísima incursión en las interpretaciones de tipo analítico coincide con los hechos constatados por las escuelas experimentalistas; o sea, se comprueba, como hemos indicado repetidas veces, que la situación más o menos problemática de la persona mayor no puede comprenderse en función de la mera edad cronológica, sino que es preciso tener en cuenta el modo cómo la persona mayor se ha enfrentado y resuelto, o no, los problemas en su historia pasada y cómo en función de todos ellos se enjuicia y valora el presente y se encara el futuro, teniendo siempre muy presente el contorno social y los intercambios vitales con el mismo. Por todo ello, la estima de sí mismo y el conjunto de factores que contribuyen a su adecuada estructuración es un aspecto fundamental

para comprender los problemas de la tercera edad y la vejez.

#### X. Teorías del compromiso-actividad y de la desvinculación

En el marco de los procesos diferenciales del envejecimiento y particularmente en relación con la temática de la jubilación y la crisis de identidad-estima de sí mismo, se debe situar un tema peculiarmente vivenciado en la vejez; es el tema de los *contactos sociales* en su sentido más amplio. Este tema ha dado lugar a una serie de teorías cuya exposición y valoración, bien que solo sumaría, nos parece indispensable para el objetivo que en este escrito nos hemos trazado.

Los cambios que en el curso evolutivo va experimentando la persona humana, con los aspectos diferenciales antes señalados, plantean al llegar la tercera edad (y no pocas veces con agudeza), el problema del aislamiento, de la soledad. Es un tema tan conocido que no nos parece necesario extendernos en su exposición. En cambio, sí creemos puede ser provechoso reseñar dos teorías principales que a este respecto se han formulado. Nos referimos a la teoría de la actividad-compromiso (Cavan, 1949) y la teoría de la desvinculación (Cumming y Henry, 1961) (70).

La teoría de la *actividad-compromiso* parte de un doble supuesto: a) Que la vejez no difiere mucho de la mediana edad y que por esto muchas personas se resisten a abandonar sus actividades como la sociedad les exige; al contrario, desean reafirmarse en ellas o buscar sustitutos adecuados cuando sea preciso abandonar ciertos patrones de actuación personal y social. b) Sólo si la persona sigue comprometida se sentirá útil y feliz. Lo contrario sería abocarse al descontento, etc. No es aventurado ver en este modelo el influjo de la imagen competitiva de la sociedad actual y a la vez un intento de contrabalancear la imagen negativa de la vejez inducida por la sociedad de consumo.

La teoría de la *desvinculación* parte de principios opuestos. La tercera edad y más aún la ancianidad no es una mera continuación de la edad adulta media, sino que implica un cierto cambio, deterioro, especialmente en el orden social con menos relaciones y compromisos, disminución de las posibilidades de intercambio, etc. Más aún, supone que la persona de edad desea precisamente esa reducción de los contactos y compromisos y busca la tranquilidad en un cierto aislamiento. En consecuencia, invitarles a permanecer activos, a promover su ex-

pansión vital, sería crearles conflictos, ya que esta expansión está en contradicción con la inevitable confrontación que, al menos en forma latente, está presente en su ánimo. La vida toca ya a su ocaso. Según algunos partidarios de esta teoría, el deseo de ser útiles no es más que una forma de salir al paso al temor de verse rechazados. Si la sociedad les garantizase la seguridad y los servicios que precisan, no buscarían la actividad para superar sus problemas, sino más bien verían en la desvinculación de las actividades y estructuras sociales el modo ideal de lograr el bienestar que anhelan.

Como se puede suponer, estas dos teorías generales han sido objeto de amplias discusiones e investigaciones; pronto quedó patente la imposibilidad de reducir a un único módulo todo el complejo proceso que está implicado en la problemática de la tercera edad y senectud. Así Rose (1964) al hacer la crítica de los datos aportados por ambas teorías mostró que ambas son parciales y, por tanto, inadecuadas como teoría general (71). También, entre otros, Havighurst (1964) pone de relieve la importancia de los procesos *cualitativos* en la teoría de la disvinculación, haciendo notar que con los años lo que se desea no es tanto una disminución cuantitativa de las actividades sociales, cuanto una reestructuración cualitativa; esto llevaría al proceso que denomina «desvinculación-vinculación-selectiva»; o sea, desvincularse de cierto tipo de actividades y contactos sociales, pero continuar y aun potenciar otros. Como es obvio, este proceso selectivo depende a su vez de una serie de factores diferenciales individuales, ya que según sea la estructura de cada persona, su temperamento (introverso-extroverso), su biografía, su tipo de actividad y éxito en la misma, etc., preferirá desvincularse o continuar con una actividad determinada. Según Lehr (1969), las investigaciones del Instituto Psicológico de Bonn han puesto en evidencia que en algunos casos lo que es más efectivo es una desvinculación *transitoria*, sobre todo después de la jubilación, a la que seguiría luego una renovada y diversa vinculación social (72). Lehr y Rudinger (1970) han advertido también la inseguridad de no pocos datos obtenidos mediante estudios basados en el método transversal que se contraponen con los obtenidos por el método longitudinal, debido a que prescinden de muchos aspectos diferenciales importantes especialmente de tipo biográfico, y concluyen que, en general, la disminución de los contactos sociales en la tercera edad coincide casi siempre con vivencias negativas, mientras que una adecuada reestructuración de los mismos es positiva (Ibid.).

## XI. *Psicología diferencial del proceso de envejecimiento*

La complejidad del tema que nos habíamos propuesto nos ha obligado a extendernos más de lo que deseábamos; por esto, a modo de conclusión, creemos que la consecuencia más importante de lo que hemos expuesto podría tal vez formularse así: Los factores demográficos y sociológicos que han promovido un gran avance en los estudios acerca de la tercera edad y senectud, han puesto de relieve la no validez de la curva generalizada del deterioro, y al mismo tiempo la irrelevancia relativa de la edad cronológica como causa del proceso de envejecimiento. Al mismo tiempo ha quedado patente el gran número de factores que influyen en él, por todo lo cual es imprescindible una *psicología diferencial* del proceso de envejecimiento. Psicología diferencial que ha de tener en cuenta los aspectos biológicos, pero más aún el modo como los factores individuales inciden en los mismos, ya que el proceso de envejecimiento adopta formas muy individualizadas; no son tanto las causas «objetivas» como el modo de captarlas y vivenciarlas, las expectativas que se van formando, la manera como se valoran los sucesos propios y ajenos, etc., lo que es realmente configurante de la tercera edad y ancianidad. Por esta razón, una auténtica psicología diferencial del proceso de envejecimiento ha de tomar en consideración de una manera cada vez más relevante los *factores sociales*, tanto de tipo microsocial o grupal como los más englobantes o generales, ya que son esos factores micro y macrosociales los que fomentan ciertos estereotipos y expectativas cuya influencia hemos constatado; los que durante el curso de la vida favorecen o dificultan variables tan incidentes como la formación escolar, el ambiente estimulante, las posibilidades de aprendizaje, el tiempo libre y su correcto uso con los hobbies, etc. O sea, una larga serie de circunstancias que contribuyen poderosamente a moldear la biografía de cada persona y cuyos resultados se aprecian acumulativamente al llegar la edad avanzada. Son también los factores sociales lo que con sus normas legales o consuetudinarias van trazando los cauces por los que discurrirá la vida de cada persona y en especial de las personas mayores, posibilitando o aminorando sus capacidades de actuación, su bienestar (jubilación, pensiones, viviendas, prestaciones sociales...).

Por estas razones, ya en 1968 el profesor H. Thomae afirmaba que la senectud es en la actualidad, primero, un destino social, y, segundo, una modificación funcional y orgánica,

y Rosenmayr (1976), al estudiar y constatar que los perjuicios o dificultades se distribuyen desigualmente según sea el sexo, el estrato social, etc., de cada persona (perjuicios que tienen el carácter de ser acumulativos), nos habla de una autocausalidad determinada por la sociedad. Lehr advierte también que el propio individuo tiene parte de responsabilidad en su situación. Estamos, pues, ante una causalidad compleja que la misma autora califica de «autocausalidad determinada por la sociedad» (74).

Además de los factores sociales, cada vez se da más relevancia a los factores *ecológicos*, así en especial a partir del Noveno Congreso Internacional de Gerontología (Kiev, 1972). Por esto se habla ya de una «Ecogerontología» y se estudia con detenimiento su influencia en el proceso de envejecimiento. Hasta el presente han sido objeto de especial atención las macro-condiciones, como las diferencias ciudad-campo, diferencias regionales, condiciones generales de la vivienda, etc.; pero se ha estudiado menos las micro-condiciones, como la estructuración interior de las viviendas (mobiliario, decoración, escaleras-rampas...), teléfono, acceso a espacios libres y jardines, transportes (estribos demasiado altos en trenes y autobuses), etc. Todos estos aspectos influyen notablemente en la forma como se orienta el proceso de envejecimiento y pueden contribuir al bienestar. Dada la diversidad de situaciones, la psicología diferencial del envejecimiento ha de tomar en con-

sideración estos aspectos sociales y ecológicos teniendo en cuenta sus diversas modalidades e influencias. Sólo así se podrá llegar a lo que Baltes (1973) apellida la «gerontología de intervención», o sea, no sólo describir y explicar, sino ayudar a modificar los procesos de envejecimiento (75).

Esta afirmación de Baltes nos indica que en el auge actual de los estudios sobre la tercera edad y ancianidad, le cabe al psicólogo una misión fundamental: El conocimiento del proceso evolutivo con la experimentación cuidadosa de la influencia que en él ejercen las múltiples variables; la estructuración e integración de las teorías explicativas y predictivas. Todo lo cual hará que pueda colaborar eficazmente en la tarea de profilaxis, de apoyo y de rehabilitación. Este género de estudio e investigación ha de contar con la necesaria interdisciplinariedad (médicos, sociólogos, ecologistas, etc.), para lograr una mejora sustancial en el proceso de envejecimiento, de manera que no sólo se consiga llegar a la vejez, sino a una vejez que pueda ser vivenciada como positiva. Hoy en día, decíamos al principio, asistimos a un progresivo envejecimiento de la población en el mundo occidental; la psicología diferencial del proceso de envejecimiento, con la colaboración interdisciplinaria, ha de poder lograr que esta población que envejece lo haga con más esperanza, con una esperanza objetivamente fundada.

## Notas bibliográficas

- (1) Duocastella, R.: *Informe sobre la tercera edad*. Ediciones de bolsillo. Barcelona, 1976, página 49.
- (2) Lehr, Ursula: *Psicología de la Senectud*. Herder, Barcelona 1980, pág. 50.
- (3) Harvey A. Tilker (Dir). *Developmental Psychology Today*. Random House, Nueva York, 1975 (2), pág. 427.
- (4) H. de Saint-Blanquat. *Sciences a l'Avenir*. n.º 395, 1980 págs. 42-63.
- (5) OCDE. *L'évolution démographique de 1950 à 1990*. Paris, OCDE, 1979, pág. 12.
- (6) Duocastella, R. o.c., pág. 34 y ss.
- (7) OCDE. *Politiques socio-économiques en faveur des personnes âgées*. OCDE, Paris, 1979, página 13.
- (8) Duocastella, R.: o.c., págs. 63-65.
- (9) OCDE. *L'évolution démographique*, o.c., pág. 91.
- (10) Lehr, U., o.c., pág. 53.
- (11) Vallejo-Nájera, J. A.: *Introducción a la Psiquiatría*. Ed. Científico Médica, Barcelona, 1971, pág. 237.
- (12) *Developmental Psychology Today*, o.c., pág. 428.
- (13) Lidz, Th.: *La persona humana: Su desarrollo a través del ciclo vital*. Herder. Barcelona, 1973, pág. 556.
- (14) Schenda, R.: *Alter Leute*. En K. Ranke (Dir): *Enzyklopädie des Märchens*. Gruyter Verlag. Berlín, 1975, págs. 373 y ss.
- (15) Horn, M.-Naegele: Gerontologische Aspekte in der Werbung. *Zt. Gerontol.* 9, 1976, páginas 463-472. Citado por Lehr, U. o.c., pág. 339.
- (16) Lehr, U.: o.c., pág. 340-342.
- (17) Aragón, J. M.: Psicología del niño en la sociedad de consumo. *Rev. Razón y Fe*, Madrid, 912, 1974, págs. 49-61.

- Los protagonistas del mundo del consumo. *Rev. Razón y Fe*. Madrid, 920-921, 1974, páginas 193-213.
- (18) Nota: Sobre el tema de si la gerontogracia era realmente un valor en sí mismo o tal vez sólo cierto tipo de ancianos (los más resistentes-más acaudalados...), véase Vischer, A. L.: *La vejez como destino y plenitud*. Ed. Sudamericana. Buenos Aires, 1949, págs. 134-139. Véase también Gaillard, G.: *Historia y evolución social*. En *La vejez*, Groupe Lyonnais. Ed. Razón y Fe. Madrid, 1965, págs. 33-34.
- (19) James B. McKenna: Realidad y prospectiva de la tercera edad. En *Tercera edad*. Instituto de Ciencias del Hombre. Madrid, 1967, págs. 73-76.
- (20) *Life-Span Developmental Psychology: Research and Theory*. L. R. Goulet and Paul B. Baltes (Edts.). Academic Press. Nueva York, 1970.
- P. B. Baltes and K. W. Schaie (Dirs). *Life-Span Developmental Psychology: Personality and Socialization*. Academic Press. Nueva York, 1973.
- J. R. Nesselroade and H-W. Reese (Dirs). *Life-Span Developmental Psychology: Methodological Issues*. Academic Press. Nueva York, 1973.
- N. Datan y C. H. Ginsberg (Dirs): *Life-Span Developmental Psychology. Normative life crises*. Academic Press. Nueva York, 1975.
- P. B. Bales-H-W. Reese, J. R. Nesselroade (Dirs). *Life-Span Developmental Psychology: Introduction to Research Methods*. Brooks-Cole Publ. Comm. Monterey, California, 1977.
- Th. M. Achenbach: *Research in Developmental Psychology: Concepts, Strategies, Methods*. MacMillan, Nueva York, 1978.
- (21) Hall, G. S.: *Senescence: The Last Half of the Life*. Nueva York. Appleton, 1922.
- (22) Nota: En el excelente libro de U. Lehr, la traducción castellana: *Psicología de la Senectud*, no expresa fielmente el título del original alemán: *Psychology des Alters* (Psicología del proceso de envejecimiento).
- (23) Yerkes, R. M.: *Psychological examening in the United States Army*. National Academy of Science. Washington D. C., 1921.
- (24) Conf. Lehr, U.: o.c., págs. 58-59.
- (25) Lehr, U.: o.c., pág. 62.
- (26) Lehman, H. C.: *Age and achievement*. Princenton Univ. Press. Princenton, Nueva Jersey, 1953.
- (27) Lehr, U.: o.c., pág. 67. Como muestra de esas citas continuadas sin asomo de crítica, véase la obra, por lo demás muy ponderada, de C. Pedrosa: *La psicología evolutiva*. Marova. Madrid, 1976, pág. 376.
- (28) Anastasi, A.: *Psicología diferencial*. Aguilar. Madrid, 1964, pág. 22.
- (29) Véase las obras de la nota 20; además, Lehr, U. o.c., págs. 68 y ss. Trautner, H. M.: *Lerbuch der Entwicklungspsychologie*. Band. 1, Hogrefe. Göttingen, 1978, págs. 369 y ss.
- (30) Groffman, K. J.: Die Entwicklung der Intelligenzmessung. En *Handbuch der Psychologie*. Band 6. Psychologysche Diagnostik, R. Heiss (Dir), págs. 184-190.
- (31) Citado por Lehr, o.c., pág. 68.
- (32) Lehr, o.c., pág. 69. Goulet-Baltes, o.c., págs. 453 y ss.
- (33) Conf. Aehenbach, o.c., pág. 225.
- (34) Undeutsch, U.: Entwicklung und Wachstum. En H. Thomae (Dir) *Handbuch der Psychologie*, Band 3, Entwicklungspsychologie. Hogrefe. Göttingen, pág. 95.
- (35) Lehr, U., o.c., págs. 70-74.
- (36) Lehr, U., o.c., págs. 75-77.
- (37) Lehr, U., o.c., pág. 77.
- (38) Lehr, U., o.c., págs. 78-81.
- (39) Berkowitz, B. y R. E. Green: Changes in intellect with age: V. differential changes as functions of time interval original score. *J. Genet. Psychol.* 53, 1965, págs. 179-192.
- (40) Lehr, U., o.c., pág. 85.
- (41) Birren, J. E.; R. N. Butler; S. W. Greenhouse; L. Sokoloff; M. R. Tarrow: Human aging: A biological and behavioral study. *Nat. Inst. of mental health*, Bethesda, M., 1963, 143-156. Conf. Lehr, U., o.c., pág. 86.
- (42) Lehr, U., o.c., pág. 90.
- (43) Lehr, U., o.c., págs. 94-96.
- (44) Lehr, U., o.c., pág. 99-100.
- (45) Lehr, U., o.c., págs. 99-109.
- (46) Lehr, U., o.c., pág. 112.
- (47) Lehr, U., o.c., págs. 124-125.
- (48) Coll, C.: El concepto de desarrollo en psicología evolutiva: Aspectos epistemológicos. En *Infancia y Aprendizaje*, Madrid, n.º 7, págs. 62, 67. Conf Wohlwill, J. F.: *The Study of Behavioral Development*. Nueva York, Academic Press, 1973.
- (49) Trautner, H. M., o.c., págs. 23 y ss.
- (50) Trautner, H. M., o.c., págs. 400-426.
- (51) Baltes, P. B.; H. W. Reese; Nesselroade, J. R., o.c., especialmente págs. 37-57, 139-145, 237-248.

- (52) Lidz, Th., o.c., págs. 555-557. Los subrayados son nuestros.
- (53) Lehr, U., o.c., págs. 165-166. Los subrayados son nuestros.
- (54) Puner, M.: *To the Good Long Life: What We Know About Growing Old*. Nueva York, Universe Books, 1974. Citado por Harvey A. Tilker en *Developmental Psychology Today*, o.c., página 433.
- (55) Lehr, U., o.c. Los subrayados son nuestros.
- (56) Lehr, U., o.c., pág. 270.
- (57) Lehr, U., o.c., págs. 225-226.
- (58) Lehr, U., o.c., pág. 227.
- (59) Lehr, U., o.c., págs. 228-229.
- (60) Lehr, U., o.c., págs. 230-234.
- (61) Díaz, Diego: *La última edad*. Eunsa. Pamplona, 1975, pág. 66.
- (62) Lehr, U., o.c., págs. 235-237.
- (63) Díaz D., o.c., págs. 31-44.
- (64) Curtin, Sharon: *Nobody Ever Died of Old Age*. Boston. Little, Brown, 1972.
- (65) Rof Carballo, J.: Alteraciones psicósomáticas de la tercera edad. En *Tercera Edad*. Instituto de Ciencias del Hombre. Madrid, 1977, pág. 101.
- (66) Lehr, U.; Puschner, I.: Untersuchungen über subjektive Alterssymptome. *Vita Humana*, 6, 1963, 57-86. Citado en Lehr, U., o.c., pág. 284.
- (67) Zinberg, N. E.; Kaufman, I.: Cultura, personalidad y envejecimiento. En N. E. Zinberg y I. Kaufman: *Psicología normal de la vejez*, págs. 16 y ss; págs. 43 y ss.
- (68) Garre, Facundo: Realidad psicológica de la tercera edad. En *Tercera Edad*. Instituto de Ciencias del Hombre. Madrid, 1977, pág. 119. Conf. Zinberg y Kaufman, o.c., pág. 79.
- (69) Bloch, Ernst: *El principio esperanza*. Aguilar. Madrid, 1977 (T. I y II). Garaudy, Roger: *Una nueva civilización*. Edicusa. Madrid, 1977. Perspectivas del hombre. Fontanella. Barcelona, 1970.
- (70) \*Cavan, R. S.; Burgess, E. W.; Havighurst, R. J.; Goldhamer, H.: *Personal adjustment in old age*. Chicago. Science Research Associates, 1949. Cumming, E.; Henry, W. E.: *Growing old, the process of disengagement*. Basic Books Inc. Nueva York, 1961.
- (71) Rose, A. M. A Current Theoretical Issue in Social Gerontology. En *Gerontologist*, 4, 1964, 46-50.
- (72) Lehr, U., o.c., págs. 252-258.
- (73) Lehr, U., o.c., pág. 338.
- (74) Lehr, U., o.c., pág. 348.
- (75) Baltes, P. B.: Strategies for psychological intervention in old age. *Gerontologist*, 13, 1973, 4-6.
- R. Laforestre-Guy Missoum: Place et Intervention du Psychologue en milieu gériatrique. *Bulletin de Psychologie*, 32, 342, 1979, 103-109.