

Sábado 16 de diciembre, 2006  
San José, Costa Rica.

## Senescencia

***Entre el salmón y el Olimpo, tenemos una visión pesimista del envejecimiento***

**Luis Rosero Bixby**  
Lrosero@mac.com



El salmón del Pacífico es un ejemplo famoso de senescencia catastrófica. Sube la corriente con gran vitalidad y en gran número para reproducirse y, una vez logrado su cometido, muere en forma masiva. Su ciclo calza bien con la biología evolucionista, en la cual las edades posreproductivas simplemente no cuentan, debido a que una eventual mutación o mejora genética en esas edades ya no puede transmitirse, mecanismo fundamental para que opere la evolución.

El salmón contrasta con los dioses del Olimpo, que nacen, tienen una infancia y se desarrollan hasta cierta edad, pero, una vez que alcanzan su edad característica, el envejecimiento se detiene. Artemisa y Apolo se quedan para siempre jóvenes. Zeus se desarrolla hasta llegar a ser un patriarca vigoroso. Una vez que los dioses completan su desarrollo, el envejecimiento cesa. A partir de allí, el paso del tiempo no cuenta; no se vuelven más frágiles (ni más sabios) con la edad.

**Entre extremos.** Los humanos estamos entre el salmón y el Olimpo, entre senescencia catastrófica y envejecimiento nulo. Y ciertas poblaciones están más cerca de la una que del otro. Nuestra percepción del proceso de envejecimiento también está entre estos dos extremos, como bien señala un libro reciente sobre la biodemografía de la longevidad, publicado por el Consejo Nacional de Investigación de los EE. UU.

La gran influencia de las teorías evolucionistas en el pensamiento moderno nos han inclinado a percibirnos más como el salmón que como Zeus. Las edades posreproductivas, en esta visión, básicamente no cuentan ni para la sociedad ni para la economía ni para la continuación y mejora de la especie. El adulto mayor es percibido como un problema, una carga sin nada que aportar. El envejecimiento de la población en que estamos inmersos es visto, consecuentemente, como un "problema". Nunca como un logro o como una oportunidad o una condición favorable para la sociedad.

**Elefantes y delfines.** La visión pesimista del envejecimiento poblacional debe cambiar y probablemente cambiará cuando en pocas décadas la población adulta mayor llegue a ser la tercera parte del total. El envejecimiento no tiene por qué ser –ni lo será– catastrófico. Para corregir la visión negativa, debemos empezar a celebrar el envejecimiento y destacar sus aportes. Debemos saber que, contrariamente a los postulados de la biología evolucionista clásica, las edades posreproductivas sí cuentan y son importantes para la sociedad y el desarrollo de las especies superiores. Las elefantas ancianas, por ejemplo, son las líderes de la manada y depositarias del conocimiento social en aspectos como dónde encontrar agua o alimento, al tiempo que las elefantas jóvenes prefieren aparearse con adultos mayores que han llegado hasta esas edades gracias a sus genes superiores. Los delfines ancianos cuidan y educan a los jóvenes, mientras los padres surcan los mares en busca de comida; las delfinas posmenopáusicas cumplen funciones de parteras, de niñeras y hasta de nodrizas de sus nietos o sobrinos. Y en Costa Rica, un reciente estudio con datos de la encuesta de ingresos y gastos da cuenta que los adultos mayores en las familias dan más de lo que reciben; recién hacia los 75 años de edad es que la dirección de los flujos económicos intergeneracionales se invierte. Como decía un colega basado en sus observaciones estadísticas: mientras los viejos son altruistas los jóvenes son egoístas.

El próximo mes vendrá a la península de Nicoya un grupo auspiciado por National Geographic y el Instituto Nacional de Envejecimiento (NIA) de los EE. UU. para mostrar al mundo por televisión e Internet la cuarta "zona azul" de extrema longevidad del planeta (las otras tres son Cerdeña, Okinawa y Loma Linda). En particular, decenas de miles de escolares interactuarán con las excepcionalmente longevas personas de la península para explorar los secretos de la longevidad de estos seres excepcionales y tender puentes entre generaciones. Esta será una celebración de la vejez en Costa Rica y ojalá el principio de una nueva actitud más optimista hacia el proceso de envejecimiento que vivimos en lo individual y que ahora como país nos está también tocando vivir.