

# La gerontología positiva

**Rocío Fernández-Ballesteros**

Universidad  
Autónoma de Madrid

Si existe alguna caracterización de la gerontología en la última década del siglo XX es el énfasis y la dedicación en los aspectos positivos que la vejez lleva consigo. En términos generales, a lo largo de su historia, la gerontología ha nacido y ha permanecido muy ligada al estudio de las condiciones patológicas (y, por tanto, negativas) de la vejez y el envejecimiento y ello, tanto por lo que se refiere al envejecimiento individual como de la sociedad. Esa es la principal razón por la que conviene resaltar este nuevo paradigma que vamos a denominar como gerontología positiva.

En efecto, podríamos decir que de los tres tipos de objeto de estudio de la gerontología -el viejo, la vejez y el envejecimiento<sup>1</sup> - es el viejo (con déficit), la vejez (deficitaria) y el envejecimiento de la sociedad (como fenómeno poblacional negativo) lo que ha atraído esencialmente a los gerontólogos. En otros términos, el grueso de la investigación gerontológica se ha dirigido mucho más al envejecimiento patológico que al normal. Si quisiéramos llegar a la explicación de este hecho histórico, tal vez podría achacarse a la estrecha relación que desde la creación de asociaciones y publicaciones científicas ha habido entre la geriatría y la gerontología, lo cual, en España, puede perfectamente detectarse mediante el análisis de la literatura gerontológica y el énfasis en los aspectos no sólo clínicos (enfermedades, deterioro biológico) sino, en general, deficitarios (pobreza, soledad, deterioro social) sobre los que versan un elevado porcentaje de las publicaciones realizadas a todo lo largo de la historia de la gerontología<sup>2</sup>.

Sin embargo, en la última década no sólo ha emergido un nuevo enfoque en gerontología, el llamado envejecimiento satisfactorio (envejecimiento con éxito o competente<sup>3</sup>, sino que se ha focalizado y comenzado la investigación sistemática de una serie de aspectos positivos del envejecimiento como son el potencial de aprendizaje, la sabiduría, la sa-

tisfacción con la vida o la felicidad en el área psicológica. Así, frente a la irreparable consideración del déficit intelectual se ha llegado a la constatación empírica de que el potencial de aprendizaje (o capacidad de reserva) existe a todo lo largo del ciclo vital<sup>4</sup> o de la capacidad de modificabilidad y compensación -de producirse- del declive cognitivo<sup>5</sup>; la emergencia de un nuevo "modo" o factor intelectual como la sabiduría, que aparece en la intersección de factores intelectuales, motivacionales y sociales muy ligados a la vejez y la experiencia positiva<sup>6</sup>; la estabilidad de características como la felicidad o la satisfacción con la vida que se habían entendido como deficitarias en la vejez<sup>7</sup> o nuevos atributos afectivos como la serenidad que aporta nuevos ingredientes positivos a la personalidad en la vejez.

Así también, frente a una conceptualización psicosocial del envejecimiento asociado, en la faceta interpersonal, irremediamente decremental, reducida a la soledad y al abandono, la gerontología de los últimos años se está ocupando de nuevos tipos de interacciones satisfactorias que conlleva la vejez, como son las relaciones abuelos-nietos u otras potenciales relaciones intergeneracionales positivas<sup>8</sup>.

Pero, este nuevo planteamiento no sólo se refiere a elementos o condiciones psicológicas o microsociales sino, también a aspectos macrosociales. Así, por ejemplo, frente a una visión catastrofista de los efectos del envejecimiento poblacional nos encontramos hoy con estudios en los que se trata de poner de relieve que una mayor tasa de mayores en un determinado país produce una mayor capacidad de ahorro y, por tanto, de desarrollo económico como una consecuencia de los planes de pensiones<sup>9</sup>; así, también, una mayor capacidad de tiempo libre y ocio de las generaciones mayores suponen un freno al desempleo estacional en el sector del turismo y otros sectores y servicios relacionados<sup>10</sup>. En el con-

Correspondencia:  
Rocío

Fernández-Ballesteros  
Facultad de Psicología.  
Dir. del Master de  
Gerontología Social.  
Ctra. Colmenar Viejo Km. 15  
Universidad Autónoma  
de Madrid  
28049 Madrid

texto político se conceptualiza al segmento de edad como un voto con escasa abstención; también, para rematar estos ejemplos conviene recordar que los mayores participan, en gran medida en tareas de voluntariado (puesto que tienen más tiempo para expresar su compromiso con los más necesitados). Finalmente, parece también claramente justificado que los programas gerontológicos no sólo se justifican por razones de necesidad social o de simple derecho adquirido (por un pago previo al sistema de Seguridad Social) sino por la generación de empleo que producen y, con ello, el ahorro público que proporcionan.

En resumen, esta nueva perspectiva fin de siglo puede ser considerada una nueva visión de la vejez y el envejecimiento como fenómeno individual y social portador de una serie de aspectos positivos -tanto a nivel del individuo como de la población- que han comenzado a ser estudiados y tenidos en cuenta por la gerontología y los gerontólogos.

Desde luego, hemos de recordar que el fenómeno del envejecimiento es el fiel exponente del éxito biológico, psicológico y social de la especie y la sociedad humana. Nadie pone en duda que ha sido gracias a los avances de las ciencias biomédicas y sociales así como de los sistemas ideológicos, políticos y organizativos (el igualitarismo, la democracia, la solidaridad, etc.) como se ha llegado al envejecimiento de la población a través de la caída de la mortalidad y de haberse duplicado, en muchos contextos poblacionales, la esperanza de vida durante este último siglo (ello ha ocurrido, desde luego, a la vez que ha disminuido -en parte, por las mismas razones- la fecundidad).

Los conocimientos sobre la vejez y el envejecimiento nos están permitiendo acercarnos al tope de la vida humana (alrededor de los 118 años) y, lo que es mejor, acercamos con calidad de vida. Sin embargo, el fenómeno del envejecimiento puede considerarse como un peligro personal y social o como un desafío (también personal y socialmente hablando). Observar tan solo los fenómenos negativos que conlleva (deterioro físico, menor eficiencia de los sistemas biológicos, declive de algunas facetas intelectuales, amenazas al equilibrio poblacional, etc.) no sería más que focalizar una parte del fenómeno. No es posible que uno de los exponentes o medidas de la adaptación del individuo humano en la tierra junto con una expresión de la propia vida -el envejecimiento- sea conceptualizado e investigado solamente como fuente de condición negativa. Se ha tardado años, pero está claro que los gerontólogos, los estudiosos de la vejez y el envejecimiento, están

constatando aquellas condiciones positivas que el fenómeno también conlleva.

La investigación y riguroso análisis de las consecuencias positivas del envejecimiento ha de ser importante no sólo porque desde esta perspectiva se está luchando directamente en contra de los estereotipos negativos en tomo a la vejez sino porque seguramente va a proporcionar una base de conocimiento complementaria de indudable valor en una sociedad que sigue y seguirá envejeciendo. ¿Cómo nos deberíamos referir a este nuevo enfoque, perspectiva o paradigma gerontológico?

En otras ciencias constituyentes de la gerontología, también a fines de este siglo, se está procurando el conocimiento relativo a condiciones positivas. Así, por ejemplo, en las ciencias bio-médicas la prevención y la promoción de la salud conllevan el examen de los factores protectores aquellos que exógena o endógenamente previenen la enfermedad. Así, también, en la ciencia psicológica, en los últimos años, está emergiendo una nueva perspectiva en psicología, la llamada "psicología positiva"<sup>11</sup> en la que se están agrupando aquellos componentes psicológicos de fortaleza, competencia, éxito o adaptación del individuo.

Es por ello por lo que parece acertado bautizar a esta nueva perspectiva como gerontología positiva coincidente con la tercera acepción del diccionario de la RAEL cuando se refiere a positivo como: "dícese del que busca la realidad de las cosas, sobre todo en cuanto a los goces de la vida: estoy por lo positivo; Juan es muy positivo" amen de significar el antónimo de "negativo". Es cierto que el adjetivo positivo evoca el paradigma comtiano del positivismo; sin embargo, nos parece una denominación acertada a la hora de referirse al fenómeno que describimos ya que nos permite englobar dentro de ella todas aquellas condiciones positivas biopsico-sociales que lleva consigo el envejecimiento humano y poblacional.

Ojalá que la gerontología y los gerontólogos se afanen en descubrir más sobre todos esos efectos positivos aunque sólo fuera por llegar es tener una visión más completa (y desde luego compleja) de la vejez y el envejecimiento.

## Bibliografía

1. Schroots JJF. Psychological models of Aging. *Rev. Can. Vieillesse* 1996;14:44-67.

2. Fernández-Ballesteros R. *Estudio bibliográfico sobre la gerontología en España*. Madrid: Fundación Caja Madrid 1994.
3. Fernández-Ballesteros R. Vejez con éxito o vejez competente: un reto para todos. En Ponencias de las IV Jornadas de la AMG: *Envejecimiento y Prevención* 1998.
4. Fernández-Ballesteros R, Calero MD. Training effects on intelligence of older persons. *Archives of Gerontology and Geriatrics* 1995;26:185-98.
5. Baltes PB, Schaie KW. On the plasticity of intelligence in adulthood and old age. *American Psychologist* 1976;10: 720-5.
6. Staudinger U, *et al*. The psychometric location of Wisdom. Related Performance: Intelligence, personality and more?. *Personality and social psychology Bulletin* 1997;23: 1200-14.
7. Zamarrón MD. *Bienestar subjetivo en la vejez*. Universidad Autónoma de Madrid. Tesis Doctoral 1999.
8. Triadó, *et al* (en prensa). El rol de abuelo: cómo perciben los abuelos las relaciones con sus nietos. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*.
9. Grande I (en prensa). Economía y vejez. En R. Fernández-Ballesteros (Dir.): *Gerontología social*. Madrid: Ed. Pirámide 1995.
10. IMSERSO. Informe de valoración sobre el programa "Vacaciones" 1996.
11. Seligman MEP. What is the 'good life'. *APA Monitor*, October, p. 2, 1998.