

Presentación al dossier. Aproximaciones al envejecimiento en tiempos de pandemia

Presentation of the dossier. Approaches to ageing in times of pandemic

Antonio Sánchez Cabaco
Universidad Pontificia de Salamanca

Fue una tarea ilusionante aceptar el encargo de coordinar un monográfico de la revista *Studia Zamorensia*, por lo que implica de confianza en lo personal y respeto en lo académico. Sin embargo, cuando se gestó el proyecto no podíamos predecir los avatares acontecidos con la crisis del coronavirus que hemos padecido como sociedad, y que afecta a todos los niveles vitales, incluido el empeño de sacar adelante el número comprometido en los tiempos acordados. Vaya por delante el agradecimiento más sincero a los responsables (editores) y a los protagonistas de la aventura (autores), por haber conseguido finalizar la travesía, a pesar de las múltiples dificultades que en el camino reciente hemos tenido que afrontar. También quiero dejar recuerdo explícito de gratitud para los que, por circunstancias diversas, finalmente no llegaron a la meta pretendida, pese a sus encomiables esfuerzos.

A la primera palabra de gratitud debo añadir una segunda de satisfacción por lo que, ante los retos y dificultades señaladas, supone presentar las aportaciones que este trabajo colectivo vierte a la sociedad. Como universitarios estamos comprometidos con los desafíos sociales que nos interpelan y el resultado del monográfico está focalizado en esa dirección. Ciertamente, el puñado de artículos que lo configuran pretenden dar respuesta a este compromiso de diferente manera, porque el quehacer universitario debe plasmar la realidad caleidoscópica que es el ser humano. Una realidad que cambia de prioridades y necesidades por el momento evolutivo del adulto mayor, al que nos referimos como eje fundamental del discurso. Pero también, con reflexiones desde las ópticas más de carácter individual o social que no son ni mucho menos contradictorias sino complementarias. Se han intentado evitar los sesgos de planteamiento tanto en la focalización de problemas (el universo de las demencias) como de los contenidos de lo mental (mestizaje de lo cognitivo y lo emocional). Además, reflejando la difícil realidad de los problemas más prioritarios y relevantes, desde el plano epidemiológico (soledad o psicopatología), con una mirada realista a su prevención. Y por último, sin olvidar cuestiones más básicas de fondo epistemológico, necesarias en cualquier ciencia, que debemos seguir abordando.

Con las palabras anteriores podría finalizar el austero pórtico del número que el lector tiene en sus manos, y pasar directamente a desentrañar sus claves, bebiendo intelectualmente de las palabras de los autores. Pero considero necesario guiar la lectura con el guión implícito que tienen entre sí los diferentes artículos de los que se compone el monográfico. Con esta forma de proceder justifico la coherencia del relato, aspecto tan importante en este momento en todos los ámbitos sociales. Obviamente no figuran todas las cuestiones relativas al adulto mayor, sería un proyecto imposible que estaba fuera del planteamiento con el que se diseñó la obra. Reconociendo explícitamente esta amputación, queda por definir el trazado que marcan los contenidos visibles en el recorrido por los capítulos aparentemente dispares e inconexos.

El número de capítulos del monográfico tiene una significación especial en el ámbito de la memoria, por ser siete el número de *chunks* (unidades de contenido) que nuestra memoria a corto plazo es capaz de retener en cuanto al procesamiento de información. Más allá de esta coincidencia simbólica, lo realmente relevante es que el relato de los contenidos comienza con un profundo análisis de la denominada epidemia del siglo XXI, en alusión al generalizado problema de la soledad de los mayores. No sólo es necesario diferenciar conceptos próximos y generalmente

asociados (aislamiento), sino que hay desentrañar la etiología y las consecuencias de este reto. Tragedia que solo parece alertarnos como sociedad cuando aparecen las noticias de ancianos que son descubiertos tras varios meses del fallecimiento o las campañas de sensibilización con las denominadas “familias hinchables”, como sustitutos artificiales de los vínculos humanos. Además, la epidemia de la soledad se ha agudizado por la situación de pandemia que estamos atravesando, y en el segundo artículo se analizan en detalle algunas relevantes consecuencias (disminución de la estimulación o la reducción de acceso a servicios, entre otras), que magnifican la alerta señalada anteriormente. Ante esta agudización del problema se exponen ejemplos de intervenciones psicosociales durante la cuarentena (SOS, TOCOS, etc.) que han evidenciado favorecer la conexión social. Una manera de mantener la urdimbre afectiva y comunicación con los Otros, tan relevantes en unas circunstancias que generan un aumento significativo de vulnerabilidad percibida. Porque, hasta las palabras adquieren un significado especial, y siguiendo las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud conviene hablar de *distancia de seguridad* o *distancia personal*, en lugar de “social”, para no incrementar aún más esa soledad y aislamiento derivado del confinamiento. Y ante la cruda realidad de miles de fallecimientos de adultos mayores, especialmente aquellos que se encontraban viviendo en residencias, uno de los dramas adicionales que estamos afrontando es el problema de las “falsas despedidas” o cuando menos “atípicas pseudo elaboraciones del duelo”. Este crucial desajuste psico-social y espiritual es el eje del tercer artículo, donde se desentraña de manera pormenorizada tanto las claves psicológicas del proceso de duelo como los factores que permiten pronosticar la evolución del mismo. A la relevancia de la reflexión sobre las previsible consecuencias que los duelos traumáticos, como el acontecido por el problema del coronavirus, tienen en la esfera individual, familiar y social, habría que hipotetizar si será la tercera crisis (además de la sanitaria y económica) sobre la que focalizar esfuerzos y estrategias paliativas.

Realizado este primer tramo, el camino del discurso serpentea por derroteros más que necesarios, porque la realidad del adulto mayor requiere también otros focos de interés. Así el cuarto de los artículos pone la alerta en las otras necesidades, desde el plano clínico y asistencial, que es necesario abordar más allá de las demencias. Porque, como se argumenta desde el plano de la psicopatología, las respuestas a las alteraciones psicóticas, ansiosas o depresivas siguen requiriendo respuestas diagnósticas y terapéuticas en el adulto mayor. El acierto del planteamiento cobra especial significación porque se han subrayado en medios de comunicación las consecuencias del COVID en enfermos de Alzheimer y otras demencias, así como en los cuidadores y familiares, mientras que esas *otras patologías* sufren un cierto olvido o abandono. Lo mismo, siguiendo la línea argumental, que ha ocurrido con poblaciones que padecen la vulnerabilidad específica de los problemas de dependencia (alcoholismo u otro tipo de adicciones). Porque en el quinto de los artículos se esboza la particular situación de los adultos mayores chilenos que padecen estas circunstancias y a los que no llegan ni los programas de envejecimiento de corte preventivo, ni hasta el presente se han implementado intervenciones preventivas como la que se preconiza centrada en las terapias no farmacológicas (reminiscencia positiva). Estos dos artículos no rompen el guión expuesto en el primer bloque sino que resitúan las miradas en otros aspectos, porque el aislamiento, la soledad y la elaboración de los duelos tienen la misma significación e importancia que en los sectores inicialmente expuestos.

Para finalizar hay un tercer bloque, conformado por dos artículos, donde se amplía el horizonte de la mirada a lo que entiendo debe seguir siendo un compromiso en la etapa actual y en la era post-COVID. Porque, como han evidenciado las investigaciones de las últimas dos décadas, sigue siendo posible optimizar el desarrollo y el bienestar humano hasta etapas avanzadas de la vida. En el artículo sexto se hace una actualización del constructo reserva cognitiva, especialmente en cuanto al avance en instrumentos de medida y a la diversidad de propuestas de intervención. Ambas claves deben ir muy parejas, porque el avance en cualquier ámbito de la ciencia, y particularmente en este donde las “soluciones mágicas” y el engaño comercial proliferan, solo es posible con el rigor de la evidencia y la contrastación empírica. De la misma forma que es necesario ofrecer oportunidades para el debate científico, como se articula en el artículo séptimo, para evitar las

limitaciones de las trincheras del cientificismo. Los discursos y las aportaciones para comprender las limitaciones y posibilidades del adulto mayor, que desde ópticas tan dispares como la cognitiva y la dinámica, son imprescindibles en un planteamiento de ciencia abierta, flexible y basada en un posicionamiento epistemológico de la complementariedad. En esta última aportación se centra en la dimensión emocional, pero seguramente es posible y necesario plantearlo de manera más global, incluso en colaboración con otros saberes próximos (geriatria, genética, sociología, etc.).

El agrupamiento señalado de los trabajos es también discutible, porque seguramente el lector puede encontrar otros elementos de unidad entre ellos, diferente a la interpretación que el sesgo del coordinador le ha conferido. Pido disculpas a los autores y a los lectores si no hay coincidencia en la representación mental, y admito otras alternativas, incluso la de ausencia de fragmentación porque en todos los artículos existen elementos de transversalidad suficientes. Considero que lo realmente clave de la obra es haber podido aportar, en un momento especialmente complejo de la realidad del adulto mayor (autónomo o dependiente), elementos útiles para afrontar el desafío y disminuir algunas cuotas de incertidumbre, a la par que ofrecer guías de acción sobre las que profundizar.

Comenzaba esta presentación hablando en pasado de lo que supuso el inicio de la gestación del proyecto. Deseo terminar con una focalización en el presente y una mirada proyectada hacia el futuro. Del aquí y ahora de la radiografía que se plantean en algunos de los artículos debemos subrayar las dimensiones bio-psico-sociales y espirituales, que son la esencia de lo humano, y que cobran un especial sentido en la etapa final de la vida. Sobre el futuro, y en conexión muy estrecha con la compleja realidad del presente, abogar por incluir en el debate giros de prioridad. Me refiero a lo que hemos denominado pasar de la centralidad de la “ética de cuidados” a una “ética de necesidades”. Porque en este proceso transformador no solo se prestan servicios que aborden la dimensión *bio*, sino que las otras tres partes (*psico, social y espiritual*) también contribuyen al bienestar y al fomento de la dignidad de la persona mayor. Las propuestas de Atención Centrada en la Persona (ACP) desde la perspectiva de prestación de cuidados, o las acciones arquitectónicas en residencias (el modelo *En mi casa* de la Junta de Castilla y León, por ejemplo) son iniciativas en esta dirección.

Sin embargo, la crisis del COVID-19 ha evidenciado carencias en los sistemas de gestión de situaciones críticas, equívocos en la propia identidad del modelo residencial (que no son centros sanitarios) y ausencia de respuestas globales a las consecuencias de aislamiento sobrevenidas. Estas últimas derivaciones son la prueba evidente de la necesaria continuidad que el debate académico y profesional debe seguir potenciando, y visualizándose en monográficos como el que aquí se presenta. Pero esa tarea ya será de otro responsable, porque después de más de veinte años vinculado a la UNED y a este Centro Asociado de Zamora (promotor de la revista), esta despedida está cargada de una inmensa gratitud por la generosidad recibida de su Director, del personal de administración y servicios, de mis compañeros profesores tutores y de los equipos docentes de la Sede Central. Quiero aprovechar este último encargo para dejar constancia personal de que es posible realizar un desempeño profesional con altas dosis de humanidad y cercanía, que lo asemejan a una comunidad familiar preñada de vínculos muy estrechos y plenamente satisfactorios. Pero ya, en este momento del acto, se baja el telón y comienza la parte más interesante de la obra, cuando los actores entran en escena. ¡Que disfrute con el contenido y que éste sea útil en el desempeño profesional con los adultos mayores!