

«La vejez. Tiempo contra el tiempo»

El último libro de Agustín Squella nos inspira y nos desafía, abordando con humanidad temas inexplorados e inspiradores en relación con esa etapa de la vida.

Ximena Abogabir

Periodista; asesora en Participación ciudadana y Sustentabilidad

☺ El libro de Agustín Squella me fue atrapando, página a página. Me vi embarcada en un vals, en el que en cada giro enfrentaba sabias reflexiones, citas provocadoras, experiencias de vida, anécdotas de infancia que me hicieron reír. En el baile de la escritura, el autor se transformaba en erudito, abogado, filósofo, niño —malo, se autocalifica—, hinchado del Wanderers, aficionado a la hípica y, como elige presentarse, exprofesor universitario de provincia, un acto de humildad.

El autor desafía al lector abordando en cada página temas inexplorados. Comparto algunos pensamientos indispensables de meditar.

El envejecimiento

Soy positiva por opción. He tenido el privilegio de llegar a mis 77 años en buenas condiciones físicas y mentales (con detalles), rodeada del cariño de mi familia, con mis necesidades materiales básicas cubiertas y, como decía Roberto Carlos, «con un millón de amigos». Cuando cumplí los 70, me di cuenta de que para los demás yo era una anciana y me aboqué a entender esta nueva generación que



«La vejez. Tiempo contra el tiempo»
 Agustín Squella
 Ediciones UDP, Santiago,
 2024, 274 páginas.

estaba llegando en buenas condiciones a los 60 y, lo más sorprendente, decidida a seguir siendo un aporte a la sociedad. A continuación, resolví destinar mi afortunadamente abundante energía a ampliar la mirada de la sociedad sobre el envejecimiento (lo que perdemos), complementándolo con la longevidad (lo que ganamos). En síntesis, lo que Agustín Squella denomina las «vejeces», es decir, las distintas formas de envejecer.

La sociedad actual tiende a generalizar la visión del envejecimiento como personas que requieren ser asistidas y, de paso, infantilizadas, las que constituyen un 20% de la población mayor, sin asumir que existe un 80% dispuesto a seguir viviendo

plenamente y a ser un aporte en vez de convertirse en una carga. Con su habitual sagacidad, el autor advierte su suspicacia ante esta nueva estrategia de los economistas para extender la productividad de los mayores o generar más acceso al consumo innecesario. Sin embargo, también reconoce que postergar el retiro significa no solo complementar la pensión (asumiendo que en Chile el 50% de las personas mayores declaran dificultad para «llegar a fin de mes»), sino también prevenir el decaimiento de la salud física y mental, entre otros beneficios.

El deterioro

Cuando pensamos en un anciano, lo primero que se viene a la mente es la pérdida de dignidad, la irrelevancia, términos como «vejestorio», «viejo verde», «vieja patética». La versión más cariñosa es «Tatita y Abuelita», términos muy frecuentes en los medios de comunicación para referirse a personas a partir de sus 50 y tantos. Inevitablemente, van apareciendo limitaciones y torpezas que sorprenden al inicio y luego frustran tanto a la persona misma como a quienes la rodean.

Aclara el autor que ser viejo es siempre tener diez años más de lo que indica el calendario, lo cual demuestra que la juventud nos acompaña hasta que decidimos lo contrario; que la vejez se observa en los demás, más que desde la propia experiencia; que es recomendable hacerse amigos de los achaques y gestionarlos; que intentar disimular los años resulta patético y completamente inútil. Enfatiza que existen distintas «vejeces»: la biológica y la cultural, la psicológica, la social y la burocrática, encargada de definir cuándo debe comenzar el retiro, el día en que dejamos de merecer una tarjeta de crédito simplemente por el número de nuestro RUT o enfrentamos dificultades para renovar nuestro carnet de conducir. Presenta la vejez como un cambio irreversible y desfavorable, previsible e irremediable,

y la muerte como un mero instante sin demasiada importancia.

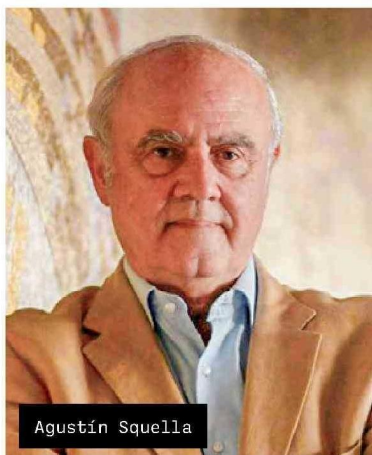
Explica que lo relevante es el proceso que conduce a ella, por lo que inevitablemente aparece la majadera pregunta sobre nuestro estilo de vida, ya que la forma en que vivimos los años finales es el resultado de las condiciones del hogar en que nacemos y de las decisiones que tomamos (o toman por nosotros) al día siguiente de nacer. ¿Habrá algo que deberíamos cambiar? «El alimento es una medicina», dice el autor y recomienda que vaya acompañado de ejercicio físico y mental, «cierta espiritualidad», relaciones abundantes y próximas, junto con el deseo de divertirse y trabajar.

Al respecto, el sistema médico de salud puede ufanarse por la extensión de la vida, pero no necesariamente por prolongarla con buena calidad a través de la prevención oportuna. En síntesis, lo importante no es cuánto viviremos, sino en qué condiciones y para qué, es decir, el propósito de estar vivos, cruzando dedos para que la etapa del declive final sea lo más breve posible.

Los cuidados

El autor afirma que uno de los momentos más temidos del envejecimiento es la etapa de requerir ser cuidado. Atender a un niño es un acto de ternura e incluso de placer. Ser cuidado como adulto, con la consecuente dependencia, es más complejo. Puede transformarse en dominación, degradación, incluso maltrato porque la relación es inevitablemente asimétrica.

También presenta varias aristas; por ejemplo, la calidad de vida y los derechos del cuidador (o, más bien, cuidadora ya que culturalmente este rol recae en la mujer... ¡Qué suerte tener hijas mujeres, tendrás quien te cuide!), lo que plantea la imperiosa necesidad de repartir el trabajo entre los y las familiares, remunerarlo o contar con un mecanismo solidario de otro tipo, ya que el envejecimiento no es solo asunto individual, sino comunitario. Otro dilema es la in-



Agustín Squella



Ximena Abogabir

equidad. Si se cuenta con ahorros, se podrá acceder a cuidado profesional, residencias adecuadas y los medicamentos requeridos. Si no es el caso, la familia puede quedar endeudada por décadas.

El desasosiego

Al imaginar la probable extensión de la vida, resulta comprensible sentir angustia: miedo a la demencia, a la enfermedad prolongada, la probabilidad de requerir ser cuidado, el costo financiero. El envejecimiento es un viaje que no sabemos cuánto durará, para el cual no tenemos mapa y en el cual seguramente enfrentaremos turbulencias. Lo único cierto es el fin que nos sorprenderá en el momento menos pensado.

Como si fuera poco, el texto nos invita a cavilar sobre nuestra

El envejecimiento es un viaje que no sabemos cuánto durará, para el cual no tenemos mapa y en el cual seguramente enfrentaremos turbulencias.

vida como un fugaz chispazo en el Universo con la eventual posibilidad de tener que rendir cuenta... o no. Mal que mal, como bien dice el autor, «nadie termina de pasar por la vida con su papel de antecedentes completamente limpio». Cual bufet de opciones, expone a disposición del lector diferentes alternativas que agrupa bajo el concepto de espiritualidad: las distintas creencias religiosas, el agnosticismo (donde él se ubica) y el ateísmo.

La intergeneracionalidad

Como muy bien describe el autor -en alianza con Simone de Beauvoir- necesitamos reconciliarnos entre las distintas generaciones. Los jóvenes consideran que no entendemos el presente, por lo que ya no tenemos algo que aportar. Mientras, los mayores levantamos la ceja ante su manera de vestir, de hablar, el color del pelo y la argolla en lugares inimaginables junto con quejarnos que su compromiso es efímero. Hoy convivimos cuatro e incluso cinco generaciones en la familia, el trabajo y espacios públicos, por lo que no tenemos mejor alternativa que entendernos y colaborar para resolver los complejos problemas que nos afectan a todos y todas, cada generación con algo que aportar.

Quién dijo que era fácil ser mayor, como tampoco fue la adolescencia en los años cincuenta, es decir, los mismos que hoy somos

personas mayores. Ambas etapas tienen algo en común: antes, de niño se pasaba a adulto y de adulto a anciano. Por eso, resulta complejo enfrentar estas nuevas generaciones intermedias sin modelo a seguir. Las espinillas de antaño equivalen hoy a las arrugas: intentamos vanamente disimularlas. Por ello, más que enfurruñarnos con nuestras torpezas y fealdades, lo recomendable es enfrentarlas con humildad, agradecer la mano extendida y cultivar la paciencia con nosotros mismos, así como el disfrute de lo simple, lo que está a la mano.

La soledad

El autor enfatiza la necesidad de enfrentar la soledad como la epidemia del siglo. Ello no implica renunciar a la libertad para aislarse, pero tampoco instalarnos en el mejor de los casos en la nostalgia, evocando lo bueno que algún día tuvimos, o en la melancolía, recordando lo que no fue, lo inacabado, lo que inevitablemente implica un reproche doloroso.

Por cierto, la soledad elegida nos abre espacio para la introspección, la vida interior, la búsqueda de respuestas a las preguntas importantes, al aprendizaje. Por ello Gabriel García Márquez nos recuerda desde el epígrafe: «El secreto de una buena vejez no es otra cosa que un honorable pacto con la soledad». Distinta es la soledad no deseada, aunque sea en medio de un tumulto, que nos aísla, nos invisibiliza, nos menoscaba. Está comprobado que es el comienzo de una depresión con sus graves consecuencias emocionales, físicas y mentales.

Hacia el final del libro, el lector enfrenta un remolino de ideas poderosas, profundas y divertidas. Sospecho que el día de la entrega del manuscrito corría el caballo favorito del autor, o bien el Wanderers jugaba un partido definitorio. El hecho es que de la religión/espiritualidad (creyente-agnóstico-ateo), salta a las mascotas, los aprendizajes de la pandemia, la neurociencia, el ocio, las flores, cuidados paliativos/eutanasia, la extensión de la vida, la avaricia, y mucho más que no voy a *spoilear*,

como dicen mis nietas (también odio los anglicismos).

En síntesis

Hoy el texto explica con peras y manzanas y una profunda humanidad, la conveniencia de sacar a la vejez de la marginalidad, comprender mejor el acelerado cambio demográfico que experimentamos y enfrentar sus implicancias éticas, sociales, económicas, políticas y legales.

Leer *La vejez. Tiempo contra el tiempo* de Agustín Squella es tan placentero como es escucharlo, como si estuviera conversando mientras juega dominó en el Bar Inglés de Valparaíso. Y en mi propia lectura descubrí, además de la profundidad de los temas tratados, una tercera razón de peso que lo hace imperdible: cuando nadie encuentra una solución a lo que sea, en la Universidad Católica de Valparaíso contestan «Pregúntenle a Agustín». Un día un recién llegado consultó de dónde venía esta insólita respuesta y le dijeron: «Porque es el único que sabe por qué se le pone mantequilla al pan». M