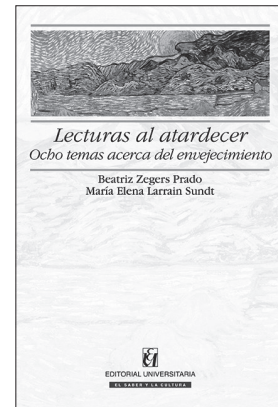


LECTURAS AL ATARDECER: OCHO TEMAS ACERCA DEL ENVEJECIMIENTO

Beatriz Zegers Prado y María Elena Larraín Sundt
Editorial Universitaria, Santiago de Chile, 2015

(Rev GPU 2015; 11; 2: 128-129)



Ramón Florenzano

Este texto es una muy bienvenida adición al tema de la Geriagogía: el aprender a envejecer. Esta disciplina preventiva (en el sentido de preparar el avance inexorable de los años) permite evitar errores y abre perspectivas acerca de cómo llegar a las etapas finales del curso vital. Escrito en tono coloquial y ameno, estas ocho cartas no constituyen un libro de autoayuda en el sentido habitual del término, dado que están respaldadas por un muy exhaustivo apoyo bibliográfico, y por citas extensas de autores axiales en los diversos aspectos de la geriatría. Las dos autoras, académicas distinguidas de la Universidad de los Andes, han hecho un esfuerzo importante para poner al alcance no solo de los especialistas sino del público general, aportes tanto de investigadores como de literatos y poetas en los temas expuestos. El número ocho en el título no es casual, ya que el marco referencial general recuerda una y otra vez las Ocho Etapas del Ciclo Vital de Erik Erikson, autor clave en el estudio del ciclo vital durante la segunda mitad del siglo pasado. En un libro previo de una de las autoras (*Cruzando El Mediodía*, Editorial Norma 2005) estos temas fueron expuestos de un modo académico más formal.

Es un libro curioso: erudito y práctico a la vez, tiene información muy actualizada, con abundantes referencias bibliográficas sobre las ocho áreas revisadas: la transgeneracionalidad, con foco en el rol de los abuelos; la vejez activa y la prevención de cuadros médicos y neuropsicológicos más frecuentes en la edad avanzada, el amor y la sexualidad en la tercera edad; la viudez y

sus consecuencias (positivas y negativas); la memoria y el olvido (recuerdos y reminiscencias); la voluntad del anciano (dónde, hasta cuándo vivir, qué sucede con sus posesiones al morir); la proyección hacia la vejez avanzada o cuarta edad; y finalmente un tema de especial interés para los lectores de GPU, la posibilidad de la psicoterapia en los adultos mayores. La bibliografía científica es acompañada por abundantes citas literarias, de novelas, poemas y resúmenes de filmes y videos. Esta combinación hace eminentemente útil el libro para ser utilizado en docencia, área que las autoras, ambas profesoras universitarias, conocen muy bien.

Uno de los capítulos mejor logrados es el que se refiere a la vejez avanzada: los adultos mayores de 80 años. Si bien es habitual hoy día ver a los 70 como un periodo de tranquilidad, pasada ya la jubilación y con estado de salud relativamente bueno ("los setenta son los nuevos cuarenta"), las autoras muestran cómo después de los 80 hay un deterioro en los planos cognitivo, de las capacidades sensoriales, de la personalidad, cuando esta se aguza con el correr de los años, y de la motricidad. Si en capítulos anteriores pudiera criticarse una cierta visión utópica de la tercera edad, en la cuarta edad las autoras vuelven a un realismo con datos y citas literarias muchas veces impactantes.

El octavo y último capítulo versa sobre la posibilidad de hacer psicoterapia en personas mayores. Es un tema en el cual psicoanalistas tan centrales como el mismo Sigmund Freud así como Melanie Klein se pronunciaron en forma adversa: hacer terapia después de

los 50 años era una pérdida de tiempo, dada la limitada sobrevida promedio de la población hace ochenta o cien años. Al mismo tiempo, la rigidez del aparato psíquico hacía que se considerara que es más difícil hacer cambios estructurales después de la madurez media. Hoy día esto ha cambiado, como las autoras argumentan nuevamente en forma documentada: con una expectativa promedio bordeando los ochenta años en muchos países, y con las nuevas modalidades terapéuticas derivadas, sea del psicoanálisis clásico o de otros marcos referenciales, es posible ayudar en

forma efectiva a muchos adultos mayores que pueden requerir ayuda de los especialistas en salud mental o en geriatría. Este es quizá el capítulo más técnico del texto, y por lo mismo será especialmente valioso no ya para la docencia de pregrado o de médicos generales o psicólogos clínicos, sino para la formación de posgrado en psicoterapias. Si bien se focaliza en el anciano, desarrolla un pensamiento acerca de las intervenciones psicológicas aplicables a cualquier grupo etario.

En resumen, una bienvenida publicación sobre temas de perenne actualidad.