

Dentro de nuestro refranero español, hay una serie de dichos populares, llamados "refranes podados", así denominados porque sólo perdura la primera parte, mientras la segunda se omite. Un ejemplo de ello es "a cada loco con su tema". ¿Por qué menciono ese refrán? Pues, sencillamente, porque quiero abordar, en esta ocasión, el tema de la vejez, y como estoy en este "gremio", pues eso, "a cada loco con su tema", aunque la vejez no es sólo una cuestión de años ("ni quito ni pongo rey, pero ayudo a mi señor").

Antes de seguir adelante, quisiera transcribir una frase del escritor suizo del siglo XIX, llamado Henri-Frederic Amiel, que dice así: "Saber envejecer es la obra maestra de la sabiduría y una de las partes más difíciles del gran arte de vivir".

Amigos lectores, que tenéis la paciencia y bondad de leerme, permitirme que dedique este escrito a todas las personas, hombres y mujeres ("miembros y miembras", como diría nuestra flamante ministra de Igualdad), que han atravesado el umbral de la jubilación.

Se ha dicho hasta la saciedad que la jubilación viene de júbilo. Según el diccionario, júbilo es sentir una alegría tan incontenible que se expresa, incluso, con signos externos. Si seguimos manejando el diccionario, y nos desplazamos tan sólo unas líneas, encontraremos el verbo jubilar, definido como eximir a alguien de un servicio por inútil, conservándole la pensión. (Qué cruel es la vida, y qué despiadado el diccionario). El propio diccionario nos introduce en la contradicción que rodea, en la realidad, a los hechos. Porque ¿cómo puede sentirse lleno de alegría quien es relevado de un quehacer por inútil?

En ocasiones se utiliza también las palabras retiro o retirado, como equivalente a jubilación y jubilado. Sirven para indicar que una persona está retirada de la vida activa, que a partir de ese momento la persona llevará una vida sosegada, retirada, apartada. Y es que la jubilación, el merecido descanso remunerado, conquista indudable de un derecho por parte de quienes han dedicado al trabajo gran

Jubilación, ¿sinónimo de vejez? (I)

Antonio Ortiz López

parte de su vida, se vuelve en realidad, para muchos, un momento difícil, un trago amargo, una verdadera ruptura. Tal y como están las cosas, jubilación y vejez se han convertido en términos sinónimos, significan lo mismo.

Hablamos de vejez y jubilación, pero ¿qué es envejecer? El envejecimiento es una evolución progresiva, lenta e irreversible, que afecta a todos los seres vivos. Es, hasta el momento, el único camino posible para vivir muchos años. Este proceso comienza en el nacimiento y termina con la muerte. Se trata pues de algo natural, que les ocurre a todas las personas, si bien en cada una a un ritmo diferente. Todos envejecemos, pues, aunque no de la misma manera. Pero es que, además, dentro de una misma persona, las diversas partes del organismo tampoco envejecen igual. Los tejidos del Sistema Nervioso Central, por ejemplo, tienen un desgaste, debido al paso del tiempo, mucho menos que los músculos o los huesos (así se expresaba mi profesor de Anatomía).

Envejecer no es sólo una cuestión fisiológica, ligada al paso del tiempo. Si así fuera, se consideraría vieja a una persona al alcanzar cierta edad en todas las partes del mundo. Y esto no es así. En Transcaucasia, por ejemplo, una persona es joven mientras no ha cumplido los noventa años! (¡Regular!).

A comienzos de siglo la esperanza de vida al nacer era, entre nosotros, de algo menos de treinta y cinco años. Es decir, que nuestra vida se ha alargado cuarenta y tres años en un corto espacio de tiempo. Aquello de "hoy las ciencias adelantan que es una barbaridad", que cantaba don Sebastián en un popular dúo cómico de la zarzuela "La verbena de la Paloma", resulta ser muy cierto aplicado a la

propia vida del ser humano. Los avances de la medicina en la lucha contra las enfermedades, y la mejora de las condiciones de vida han hecho posible, por ejemplo, que los españoles vivamos hoy, por término medio, hasta los setenta y seis años, aunque sigamos diciendo aquello de que "de los cuarenta para arriba, no te mojes la barriga". Las mujeres viven más años que los hombres, son mayoría en el grupo de los muy mayores, y cuanto más ascendemos en edad, más destacada es su presencia. Hay muchas más mujeres que hombres mayores, y esto supone un problema añadido, porque muchas de ellas, viudas, carecen de pensión, o cobran una tan exigua, que no permite vivir con demasiadas alegrías. Es una injusticia de las muchas que existen aquí, en nuestra querida España.

Llegar a viejos ha sido la aspiración de los seres humanos desde que el mundo es mundo. Tal vez por esto en el año mil doscientos y pico (un pico alto), Marco Polo, el incansable viajero veneciano, estuvo durante mucho tiempo buscando "la fuente de la eterna juventud" y como es lógico no la encontró. En el año 1513 el navegante español Ponce de León también buscó esta fuente. Empezó el viaje hacia Puerto Rico, con rumbo a Bimini, que era una supuesta isla, situada al noroeste de Cuba en donde, según se decía, había una fuente de la que manaba agua prodigiosa. El "milagro" no era pequeño, pues quienes bebían de ella vivían eternamente, manteniendo además la juventud de sus cuerpos. Naturalmente, al igual que Marco Polo, no la encontró, pero, a cambio, descubrió la península de Florida, lugar donde vive hoy numeroso colectivo de personas mayores, que llegan atraídos por sus excelentes condiciones climatológicas.

Ahora bien, ¿por qué envejecemos? Existen más de doscientas teorías que tratan de explicarlo, pero ninguna lo ha conseguido plenamente. Desde un punto de vista que podríamos llamar biológico, hay dos que cuentan con un número mayor de investigadores. Una de ellas explica que la vejez se produce por acumulación de productos de desecho, tanto en el interior de todas y cada una de las células, como del organismo globalmente considerado. La otra defiende que envejecemos porque, con los años, disminuye la capacidad de defensa del organismo frente a las agresiones que recibe. La medicina popular tradicional basa el envejecimiento en el desgaste progresivo del organismo.

En muchos países a las personas se les "pega" la etiqueta de viejas el día en que se jubilan, lo que suele coincidir con su 65 cumpleaños. En ese mismo día, como si la edad imprimiese carácter, deja de ser apta para el trabajo y, por extensión, para casi todo. La jubilación es algo así como la puerta oficial de entrada a la vejez. No es de extrañar, que la jubilación hace feliz a unos, que la ven como una liberación de su trabajo diario, pero es traumática para otros. Son muchas las personas, sobre todo hombres, que tras su jubilación agarran una verdadera depresión, pues se ven marginados de su vida, tienden a apartarse de los demás y a cerrarse sobre sí mismos. Confieso que, por mi parte, los dos primeros días después de mi jubilación me los pasé llorando. Se me oscureció todo. No estaba preparado para ese momento. Era inconsolable, con la consiguiente preocupación de mis familiares. Al tercer día, miré al espejo que hay en el cuarto de baño, y dije, con voz rotunda, recriminando a la figura que apareció reflejada: "Antonio, tú eres gilipollas". Parece una frase ordinaria, sin sentido, pero no, fueron unas palabras "mágicas", a juzgar por el resultado obtenido, pues a partir de ese momento vi la luz. Me sequé mis lágrimas, que manaban por mis mejillas como una cascada, y, gracias a Dios, "resucité", con el consiguiente contentamiento de estos preocupados familiares.

**TÚ QUIERES más diseño,
más precio,
más rápido**



OFI PRECIOS
www.ofiprecios.com

- Mamparas divisorias
- Cortina vertical y veneciana
- Áreas de recepción
- Sala de espera

TIENDA TOMELLOSO
Campo, 56.
13700 Tomelloso (Ciudad Real)
Tel./Fax: 926 508 138

La tienda de los muebles de oficina

Solicita el nuevo en tu tienda Ofiprecios o en www.ofiprecios.com

A CORUÑA ARANDA
ASTURIAS BILBAO BURGOS
CASTELLÓN FERROL LEÓN
LUGO OURENSE PALENCIA
PAMPLONA SALAMANCA
SANTANDER SANTIAGO
SEGOVIA SORIA TOMELLOSO
VALENCIA VALLADOLID VIGO
VITORIA-GASTEIZ ZARAGOZA
PRÓXIMA APERTURA: ALBACETE