

# CAPÍTULO 1

## ¿QUÉ ES EL VIEJISMO?

María de la Luz Martínez-Maldonado, Marissa Vivaldo-Martínez, Víctor Manuel Mendoza-Núñez

### INTRODUCCIÓN

Clasificar y categorizar ha sido una tarea muy importante para la sociedad en su conjunto. Así tenemos clasificaciones basadas en las supuestas razas (blancos y negros) en el sexo (hombres y mujeres), en la posición social (ricos y pobres) en el nivel educativo (letrados y analfabetas) a nivel intelectual (inteligentes, tontos, sabios, ignorantes), características físicas (obesos, delgados, altos y bajos), apariencia física (guapos y feos), entre otros.<sup>1</sup>

Por lo que respecta a la edad, a lo largo de la historia ha sido una categoría muy importante de clasificación. Las categorías más amplias de acuerdo a la edad son los jóvenes y los viejos y en el transcurso de la historia se han ido construyendo otras, como la de la niñez, la adolescencia y no sabemos si en un futuro habrá nuevas categorizaciones basadas en este criterio. Lo importante es que dichas clasificaciones no sólo representan números, estándares, colores, etapas o demás, sino que todas ellas están impregnadas de actitudes, sentimientos y prácticas hacia cada una de las categorizaciones. Esto es, la sociedad, la cultura, la economía, la política y la educación, entre otras, determina la forma de percibir, de acercarnos y conduce a la generación de estereotipos, prejuicios y conductas específicas para cada una de las clasificaciones que se que plantea la sociedad en determinada época.<sup>1</sup>

Con respecto a la vejez con frecuencia se tienen las siguientes expresiones: 1) los viejos están solos y deprimidos, 2) todos los viejos son iguales 3) los viejos están enfermos, son frágiles y dependientes, 4) los viejos están incapacitados cognitiva y psicológicamente. Es así como la sociedad en general impone a los grupos de

viejos las ideas que desacreditan a la vejez, identificándola equivocadamente con la idea de que, para ser feliz, para estar bien, para sentirse bien, para tener salud es necesario ser joven, aunque es evidente que ser joven no significa, necesariamente ser sano, y que fingir ser joven es claramente patológico. Este erróneo ideal de vejez puede ser agravado por nosotros mismos, cuando como docentes o como personal de la salud y desde cierta situación de poder, no nos reconocemos como personas que estamos envejeciendo y que vamos a llegar a la vejez, al suponer que la vejez es algo que mejor no hay que abordar porque a “nosotros no nos va a pasar”.

Por lo anterior, como educadores o profesionales de la salud, es fundamental conocer qué es el envejecimiento y la vejez con fundamento científico, así como abordar uno de los problemas de discriminación social vinculado con este proceso y etapa de la vida reconocido desde 1969 y denominado por Butler como viejismo, caracterizado por estereotipos, prejuicios, estigmatizaciones y rechazo a la vejez y a los viejos. En este sentido, es fundamental tener conocimientos sobre las características y tipos de viejismo que prevalecen en diferentes ámbitos sociales y culturales, cómo operan y qué repercusiones tienen en nuestras prácticas cotidianas o profesionales sobre la construcción del conocimiento y en la atención a los viejos. A continuación se presentará una revisión del concepto, cómo se ha construido, los elementos que lo conforman y sus implicaciones en el ámbito de la salud.<sup>1,2</sup>

## **Viejismo**

Podemos definir al viejismo como cualquier actitud, acción, o estructura institucional que subordina a una persona o grupo por razones de edad o, como asignación de roles discriminatorios en la sociedad, únicamente basados en la edad. La terminación “ismo” de la palabra viejismo, denota un prejuicio en la sociedad en contra de los viejos. Se caracteriza por prejuicios, estereotipos y discriminación contra los adultos mayores sustentados en la creencia de que en la vejez las personas son menos atractivas, capaces, inteligentes y productivas.<sup>3</sup>

Butler (1975) definió al viejismo como el proceso de sistemática estereotipación y discriminación contra las personas por el hecho de ser viejas, tal y como ocurre con el racismo y el sexismo que se acompaña de discriminación derivada del color de la piel o del género. Los viejos se categorizan como seniles, rígidos en acción y pensamiento, pasados de moda en valores morales y capacidades. El viejismo permite a las generaciones más jóvenes ver a los viejos como personas diferentes a ellos mismos, por lo que sutilmente dejan de reconocerlos como seres humanos.<sup>4</sup>

Sin embargo, el viejismo mantiene serias diferencias frente a los otros tipos de "ismos" (sexismo, racismo, etc.), debido a dos razones fundamentales. Primero, la clasificación por edades no es estática y en segundo lugar porque al nadie estar exento de llegar a una edad avanzada, todos experimentaremos la vejez y potencialmente el viejismo. Este fenómeno, afecta al individuo en dos niveles, primero, desde el punto de vista de los estereotipos y prejuicios que uno señala en los otros o, desde el punto inverso, en el que el individuo es estereotipado. Es necesario señalar que ambas formas de viejismo afectan a las personas directamente en el autoconcepto. En este sentido, y debido a que afecta a todas las personas, se ha señalado que el viejismo es el último prejuicio, la última discriminación y el más cruel de los rechazos.<sup>3</sup>

## LA CONSTRUCCIÓN DEL CONCEPTO DE VIEJISMO

En términos teóricos el concepto de representación social tiene una gran potencialidad en tanto que permite analizar la intersección entre lo psicológico y lo social, es decir, aporta elementos para entender la difícil y a veces desentrañable relación existente entre el pensamiento y el comportamiento social.<sup>5</sup>

Abric (2003) señala que para ciertos objetos, en ciertos contextos, existe una zona muda de representación social.<sup>6</sup> Esta zona muda está compuesta de elementos de

la representación que no son verbalizables por los sujetos por los métodos clásicos de recolección de datos. Además, está compuesta por elementos de la representación que son contranormativos, es decir, creencias que no son expresadas por los sujetos en condiciones normales de producción, pues pueden entrar en conflicto con valores morales o normas de un determinado grupo. Esta zona puede estar compuesta por elementos del núcleo central de una representación que están latentes, no porque no estén activados, sino porque no son expresables. La zona muda de la representación social de la vejez, el viejo y el envejecimiento, se refiere entonces a todo aquello que se piensa sobre el tema, pero que no se dice, que está ligado a ideas estereotipadas o prejuicios, a todos aquellos supuestos que están ligados al saber de la gente pero que no se basan en conocimientos reales.

De acuerdo con Butler y Lewis (1977) existe una serie de factores que han sido la columna vertebral de la construcción del fenómeno del vejeísmo. Desde una perspectiva crítica encontramos que estos factores están directamente relacionados con la instauración del modelo capitalista y con las corrientes de pensamientos y valores que éste trae consigo. Los factores son: (i) el temor a la muerte, (ii) el énfasis en una cultura de la juventud, (iii) el énfasis en la productividad y (iv) los enfoques en el estudio del envejecimiento.<sup>7</sup>

En primer lugar, encontramos que para la civilización occidental, la idea de finitud y muerte no es asumida como parte inevitable del ciclo vital humano. En las sociedades industrializadas, hallamos que la enfermedad y la muerte se consideran enemigos, por lo que se buscan respuestas científicas que permitan luchar contra ambos.<sup>8</sup> Entonces, la medicina trata de buscar formas de luchar contra la enfermedad y evitar la muerte. El éxito apunta a la supervivencia y se suele medir en tiempo. En tanto la muerte ha dejado de ser una cuestión natural, para las sociedades individualistas, el ser humano queda solo frente a su propia realidad, cuestión que genera temor.

Una postura de negación a la muerte tiene repercusiones directas en la percepción de los viejos, pues los coloca en el último estadio de la vida y, el tener miedo a ella, implica temor a llegar a ese momento. Por otro lado, para ser persona en la cultura occidental, es necesario tener control de los eventos de la vida, cuando se pierde esta capacidad o se está por perderla, los significados se tornan absolutamente negativos.

Butler (1975), señala que el viejismo refleja un profundo rechazo y miedo de la población joven y de edad madura al envejecimiento, irradian rechazo y repulsión por envejecer, enfermar, perder capacidades, perder el poder, convertirse en inútil y después morir. Es por esto, que el temor a la muerte se considera el primer gran factor que origina el viejismo.<sup>4</sup>

El segundo factor es el que se refiere al valor de la juventud en las sociedades industrializadas. En el marco cultural actual se ha tendido a la sobrevaloración de la juventud y de la belleza física, en tanto es característica de la misma. Esta sobrevaloración de la juventud encuentra sus fundamentos en la práctica social cuando los esfuerzos de la sociedad se concentran en prolongarla o simplemente retardar la llegada de la vejez.

Además puede manifestarse cuando se coloca a los jóvenes en un estatus de superioridad socialmente reconocida frente a los viejos o cuando se coloca a la juventud como el estado más deseable; de ahí que las personas se ven en la necesidad de disimular o negar su edad avanzada o vejez para poder continuar desempeñando un papel dentro de la sociedad, lo que favorece la reproducción de conductas viejistas dentro del grupo de los propios viejos.

El tercer factor es el que se refiere al énfasis en la productividad y está estrechamente relacionado con el modelo económico. Desde la instauración del modelo capitalista, la eficiencia y la eficacia son principios básicos para lograr la correcta reproducción del sistema. En el caso de los viejos, la productividad se

reconoce en tanto se mantenga el potencial económico.

A pesar de que existen estudios que señalan que el envejecimiento no tiene por sí mismo implicaciones en las capacidades productivas de las personas, la creencia generalizada es que la vejez es sinónimo de incapacidad para desempeñar labores remuneradas o el equivalente a la jubilación, de ahí que los viejos sean considerados como improductivos.

El cuarto factor y probablemente el que colabora a la legitimación de los anteriores, es el que se refiere a los enfoques a partir de los cuales se han desarrollado los estudios sobre el envejecimiento. Como se mencionó con anterioridad, el enfoque hegemónico para analizar el objeto de estudio de la gerontología está enmarcado en una corriente a partir de la cual se ha entendido a la vejez como una etapa de pérdida de funciones y deterioro de los sistemas, lo que origina una visión negativa de manera inicial. Por otro lado, el enfoque economicista también incluye una serie de factores por los cuales la vejez es considerada como un problema y carga económica para la sociedad. Pero más allá de esto, tanto la gerontología como la geriatría se han visto implicadas en el proceso de invisibilización del viejo, la vejez y el envejecimiento a partir de uso de un lenguaje excluyente que no sólo colabora para propiciar actitudes viejistas, además las perpetúa, tal es el ejemplo de denominar a los viejos como “tercera edad”, “adultos mayores” y “personas de edad”.<sup>9</sup> Nos preguntamos, ¿porqué no hay denominaciones diferentes para referirnos a los niños, a los adolescentes y a los adultos?, al parecer la connotación negativa para referirse al grupo de viejos también prevalece en los gerontólogos y geriatras.

Los contextos económico, político, social de la cultura occidental, propician la generación de la denominada zona muda de la representación social, basada en ideas erróneas de la vejez, el viejo y el envejecimiento que se alimentan de prejuicios y estereotipos que, a su vez reproducen y perpetúan este fenómeno de discriminación y exclusión denominado viejismo (Fig. 1).

## Los prejuicios

Uno de los componentes del concepto de viejismo, es el de prejuicio, que se ha definido como una actitud, de ordinario o afectiva, adquirida antes de toda prueba y experiencia adecuadas. Se basa en las combinaciones cambiantes de sugestión, imitación, creencia y experiencia limitada, las cuales pueden ser favorables o desfavorables. El prejuicio es una predisposición categórica para aceptar o rechazar a las personas por sus características sociales reales o imaginarias.<sup>10</sup>

Ningún prejuicio específico es innato, aun cuando todos los individuos posean la capacidad de formar prejuicios. Los prejuicios concretos son formas de simpatía o antipatía por individuos, grupos, etnias, nacionalidades (o los rasgos particulares de cualquiera de éstos), o ideas, pautas sociales e instituciones.<sup>10</sup>

El prejuicio ha sido una práctica común a lo largo de la historia de la civilización humana. Sin embargo, es en el siglo pasado cuando los estudios sobre el tema cobran interés, pues la elaboración de prejuicios condujo a problemas que generaron violaciones de derechos que fueron reconocidos por toda la sociedad.

La conceptualización del prejuicio, comienza a partir de los estudios sobre el fenómeno del racismo simbólico y ha tenido diferentes acercamientos teóricos. Desde la psicología social, los prejuicios se relacionan con la formación de impresiones o atributos sobre la persona o estímulo, debido principalmente a los contextos en los que quien se forma prejuicios, se desenvuelve o en las experiencias anteriores que ha tenido. Para esta elaboración se requeriría una información que es tomada de un conjunto de fuentes: indirectas (otras personas o comunicaciones); apariencia (características externas de la persona); conducta expresiva (aspecto dinámico de expresión); conducta orientada a metas (comportamientos orientados al logro de objetivos); contexto (factores situacionales); orden de presentación (secuencia de percepción de los rasgos) y

variabilidad (estabilidad en la conducta, para realizar la inferencia).<sup>11</sup>

Es importante mencionar que el fenómeno de las impresiones se relaciona con el reconocimiento de pertenencia a un grupo, coloca al grupo en un ambiente propicio para generación tanto de prejuicios como de estereotipos. Las actitudes negativas hacia un grupo implican sentimientos o creencias de desvalorización hacia él mismo, expresando un desacuerdo evidente, e incluso desprecio, hacia condiciones o características del grupo. Los prejuicios tienen la capacidad para transformarse y adaptarse a los nuevos valores de la sociedad, asimismo, muestran una tendencia a no expresar directamente su naturaleza, a negar su discriminación implícita o explícita, pero se refugian en sobreentendidos, supuestos y afirmaciones implícitas. Mezclan sus sentimientos negativos con la defensa de valores morales tradicionales o derechos, incluso aparentemente son compatibles con normas de tolerancia e igualdad. Las actitudes negativas hacia un grupo implican sentimientos o creencias de desvalorización hacia él mismo, expresando un desacuerdo evidente, e incluso desprecio, hacia condiciones o características del grupo.

Un prejuicio puede ser manifiesto o explícito cuando existe una percepción de amenaza y rechazo, incluso trae consigo percepciones de inferioridad del exogrupo. Puede ser sutil o implícito, en donde se tiende a culpabilizar al exogrupo de su situación o se tiende a exacerbar las diferencias de un grupo frente a otro.

Los prejuicios son reflejo de una actitud aprendida basada en la experiencia que las personas tienen a lo largo de la vida, tienen efectos negativos, pues al estar basados en información insuficiente o incompleta impiden el desarrollo de la sociedad. Estos pueden existir o mantenerse a pesar del conocimiento teórico sobre la vejez y el envejecimiento, si no se toma en consideración sus implicaciones multidimensionales.



## Los estereotipos

Los estereotipos se definen como creencias populares, imágenes o ideas aceptadas por un grupo, de ordinario enunciado en palabras y cargada de emoción. Es una concepción simplificada e incluso caricaturizada de un personaje, personalidad, aspecto de la estructura social o programa social que ocupa en nuestras mentes el lugar de imágenes exactas. Son imágenes mentales simplificadas sobre una categoría de personas, instituciones o acontecimientos que es compartida por un gran número de personas. Lippmann (2003) define a los estereotipos como “imágenes que tenemos en la cabeza” o “cuadros de cabecera” que nos hablan del mundo antes de conocerlo; los caracteriza como un tipo de pseudoambiente que media entre nosotros y la realidad influyendo de forma manifiesta sobre su percepción. Señala que son preconcepciones que gobiernan nuestra percepción, “una forma de percepción, que impone un cierto carácter a los datos antes de que los datos lleguen a la inteligencia”. Menciona que carecemos en ocasiones de tiempo para conocer íntimamente a los demás, por lo que, en su lugar, nos limitamos a detectar rasgos característicos de ciertos prototipos que nos resultan de sobra conocidos y, a completar el resto de la imagen, echando mano de los estereotipos que pueblan nuestra mente. Los criterios que caracterizan los estereotipos son: (1) criterio de generalización, en el que se asume que los miembros de un grupo tienen los mismos rasgos; (2) criterio de distintividad, se cree que un rasgo se asocia más a un grupo que a otro; (3) criterio de diferenciación por categorías, se piensa que las diferencias entre dos miembros de grupos diferentes con relación a un rasgo (por ejemplo la edad) es superior a la percibida entre los miembros del mismo grupo.<sup>12</sup>

En general, con los estereotipos las personas tienden a justificar pensamientos, sentimientos, comportamientos, status o posiciones propias o de otros, conductas agresivas o discriminatorias personales o de miembros del grupo al cual se pertenece, eventos sociales y condiciones sociales imperantes. Aunque es importante aclarar que no todo estereotipo tiende al favoritismo endogrupal y al

estereotipo negativo del exogrupo, puede suceder lo contrario cuando se intenta justificar al sistema social dominante.<sup>13</sup> Por otro lado, los estereotipos son utilizados para proteger la posición y el comportamiento del propio individuo o del propio grupo y también sirven para legitimar las normas sociales e institucionales.<sup>13</sup>

También, los estereotipos cumplen ciertas funciones sociales que deben ser consideradas sistemáticamente en cualquier estudio; son creencias socializadas respecto de grupos sociales que acompañan a cualquier sistema caracterizado por la separación de la gente en clases, posiciones o status. Estas creencias son percibidas y explicadas como justificables por quienes las sostienen.

El concepto de falsa conciencia cobra especial importancia dentro de la justificación de los estereotipos. La falsa conciencia de los sujetos o grupos que son estereotipados sería el mantenimiento de creencias o ideologías que son contrarias a los intereses personales o del propio grupo, manteniéndose así la posición desventajosa del individuo o del grupo, por las creencias que también son aceptadas por el grupo o persona afectada.

La naturaleza de la justificación es sumamente compleja de tratar, especialmente cuando ésta no es conciente. Es de esta manera que pueden persistir ciertas ideologías sin que notemos quién o quiénes las ejercitan, aún siendo víctimas ellos mismos. La falsa conciencia explica el por qué los grupos siguen manteniendo creencias que no son de su interés, generando incluso estereotipos negativos hacia ellos mismos, al tiempo que mantienen una tendencia hacia el favoritismo exogrupal. Esto nos lleva a la necesidad de entender la fuerza que tiene la dominación ideológica.

Existen diferentes enfoques que permiten comprender las funciones de los estereotipos, los cuales debemos tener presentes para elaborarlos y de ser posible erradicarlos: (i) enfoque individual o de justificación del ego, en el cual no

se toman en cuenta los elementos sociales ni explican el fenómeno de estereotipación de sí mismo, tampoco permite explicar el uso de estereotipos cuando no hay necesidad de defensa del propio status, ni cuando grupos desaventajados los usan contra otros grupos con su mismo status; (ii) enfoque grupal o de justificación grupal, este permite explicar por qué los individuos generan estereotipos para justificar las conductas de otros con quienes se identifican. También, explica por qué, a través de la competición, grupos desaventajados estereotipan a otros del mismo status y por qué los grupos de personas generan estereotipos similares; (iii) enfoque de justificación del sistema, mediante el cual el individuo o grupo explica su situación actual a través del sistema, manteniendo la situación a pesar de que provoque daños psicológicos y materiales a determinados grupos o personas.

## LOS PREJUICIOS Y ESTEREOTIPOS SOBRE LA VEJEZ

Una de las primeras expresiones del fenómeno del viejismo apareció en el texto de Max Lerner en 1957 denominado “América como una civilización”. Esta obra refleja la complejidad del fenómeno, pues analizando el texto cuidadosamente, muestra más que una serie de valores culturales, el deterioro intrínseco, de los viejos frente a esa sociedad.<sup>15</sup>

*“Para la cultura, es un hecho natural el tratar a los viejos como un residuo de lo que alguna vez fue un bien material... Lo más halagador que se puede decir sobre los viejos estadounidenses es que “no representan la edad que tienen” y “no actúan como de su edad”. Desde que para Estados Unidos, se ha pensado que el éxito pertenece a la juventud y a los emprendedores, es difícil reverenciar a aquéllos que no poseen ya ninguna de las dos características. Podemos ser indulgentes con ellos, tolerarlos, brindarles cuidados mínimos, hablarles caprichosamente de superficialidades y extravagancias; pero esto se encuentra muy alejado de un genuino homenaje proveniente del corazón o del pensamiento. Construir un código de conducta sobre los viejos requiere no sólo amabilidad personal sino práctica de valores desde los cuales lo viejos no sean excluidos”.*

La complejidad del texto anterior nos remite a pensar la multiplicidad de espacios en los que se generan y perpetúan los prejuicios y estereotipos que conforman al vejeísmo. El principal problema es cuando éstos se transforman en actitudes comunes que tienen espacio en ámbitos sociales, tales como el lenguaje, la familia, la comunidad, la escuela y en las prácticas profesionales, entre otros.

En este sentido, Palmore (1990), analiza el fenómeno del vejeísmo, no sólo a partir de las actitudes y prácticas sociales de aquéllos que por ignorancia o prejuicio son vejeístas, sino de todas aquellas situaciones sociales que sin aparente intención colaboran en la perpetuación de esta condición (cuadro 1).<sup>16</sup>

Por otro lado, se han señalado diferentes rasgos y características y expresiones psicológicas y sociales relativos a la vejez vinculados con el vejeísmo (cuadro 2).<sup>17</sup> En este sentido la Asociación Americana de Psicología (American Psychological Association, APA), señala que el vejeísmo se presenta en diferentes formas y niveles y se expresa de las siguientes maneras: (1) actitudes discriminatorias hacia los adultos mayores, (2) comportamientos discriminatorios contra los adultos mayores, (3) comentarios prejuiciosos hacia la vejez, (4) tratamientos y servicios diferenciados por ser adultos mayores, (5) discriminación de los adultos mayores por prácticas y políticas institucionales. Asimismo, se reconocen estereotipos negativos de la vejez de tipo psicológico, en los que se asume que los viejos “son ansiosos, temerosos, se fatigan fácilmente, presentan confusión mental y son muy irritables”, por otro lado, también se manifiestan estereotipos positivos, señalando que con el envejecimiento se logra mayor inteligencia y sabiduría o que las funciones cognitivas no cambian con la edad. Tanto los estereotipos negativos como los positivos tienen un efecto contraproducente para las personas adultas mayores, ya que carecen de objetividad y fundamento científico. Por tal motivo la APA en el año 2002 emitió una resolución en la que rechaza el vejeísmo en todas sus formas.<sup>18</sup> Este documento en el ámbito académico y científico tiene gran relevancia, ya que en la medida que se reconozca la problemática habrá mayores posibilidades de contrarrestarla.

Asimismo, existen mitos relativos a los viejos que favorecen los prejuicios y estereotipos de la vejez que propician viejismo y marginación social, los cuales son propagados por la familia, grupos sociales, por el propio viejo e incluso por gerontólogos y geriatras (cuadro 3). En este sentido, la difusión de la información sobre conocimientos básicos sobre el envejecimiento y la vejez, sustentados en el conocimiento científico a través de los medios informáticos masivos dirigido a toda la población, podría ser una estrategia efectiva para contrarrestar el viejismo.

### **Consecuencias del viejismo en el área de la salud**

Como se ha mencionado anteriormente, las personas mayores tienden a adoptar la imagen negativa dominante en la sociedad y a comportarse de acuerdo con esta imagen. La subestimación de las capacidades físicas y mentales de las personas mayores puede favorecer pérdida de independencia, una mayor discapacidad, mayores índices de depresión y una mortalidad anticipada.

Por el contrario, si se tiene un conocimiento objetivo con fundamento científico sobre los aspectos biológicos, psicológicos y sociales relativos al envejecimiento y la vejez, se podría mantener una vida productiva, satisfactoria y saludable. En este sentido, el paradigma del envejecimiento activo, en el que la participación social del viejo es fundamental representa una de las opciones más plausibles para alcanzar dichas metas. Así mismo, se ha demostrado la importancia de la percepción que tienen las personas adultas mayores de su propio envejecimiento, ya que los viejos con percepción positiva de éste viven hasta 7.5 años más que las personas que tienen una imagen negativa de la vejez.<sup>19</sup>

Asimismo, la relación entre las ideas viejistas de los mismos adultos mayores y de los profesionales de la salud tienen efectos significativos sobre el subdiagnóstico y el fomento a las limitaciones físicas por sobreprotección.<sup>20-22</sup>

Por otro lado, la realización de prácticas discriminatorias basadas en la edad, se han relacionado con los comportamientos que reducen el sentimiento de autoeficacia, disminuyen el rendimiento físico e intelectual y, aumentan el estrés cardiovascular. También, se ha relacionado con el maltrato a las personas mayores.<sup>23-25</sup>

Las consecuencias fundamentales del mantenimiento de actitudes negativas hacen referencia a la utilización de pautas terapéuticas distintas en función del grupo de edad al que se pertenezca. Para reducir el vejeísmo se tienen que producir cambios en los sistemas que lo perpetúan, reducir los prejuicios y estereotipos de la vejez en los medios de comunicación, la cultura popular, instituciones de gobierno, proponer políticas públicas que incluyan el diseño, implementación y evaluación de programas dirigidos a reducir el impacto de las ideas y actitudes viejistas insertadas en la sociedad, programas coordinados de investigación e intervención, entre otros.

Para tal efecto, se debe elevar el nivel académico de los profesionistas de las ciencias sociales y de la salud mediante estrategias de estudios de posgrado y actualización en el ámbito de la gerontología, con lo cual se apoyará la disminución paulatina del vejeísmo en el campo profesional.<sup>26</sup> Así mismo es indispensable promover una cultura enmarcada en el envejecimiento activo a nivel familiar, comunitario y educativo para eliminar los prejuicios y estereotipos derivados de las ideas socialmente transmitidas.

Al respecto, Braithwaite (2004), propone un plan de 10 puntos para reducir el vejeísmo.

- 1. Crear conciencia en la población respecto a los estereotipos existentes hacia los adultos mayores.**
- 2. Difundir el conocimiento de la diversidad de las características personales de los adultos mayores.**

- 3. Tener un mayor compromiso en el reconocimiento y en la respuesta de las múltiples necesidades de los ancianos.**
- 4. Promover los conocimientos que permitan considerar a los viejos como seres individuales.**
- 5. Promover la cooperación intergeneracional.**
- 6. Promover la importancia de la participación social de los adultos mayores.**
- 7. Fortalecer prácticas institucionales que promuevan la calidez humana sin distinción de edad.**
- 8. Reaccionar menos al estigma de la degeneración y la dependencia.**
- 9. Revisar las prácticas y las políticas en busca de evidenciar la estigmatización asociada a la falta de respeto que se transmite al tratar a la gente mayor como un grupo invisible.**
- 10. Emitir leyes que establezcan la participación de los adultos mayores en la planeación e implementación de normas (políticas) dirigidas a este grupo de edad.**

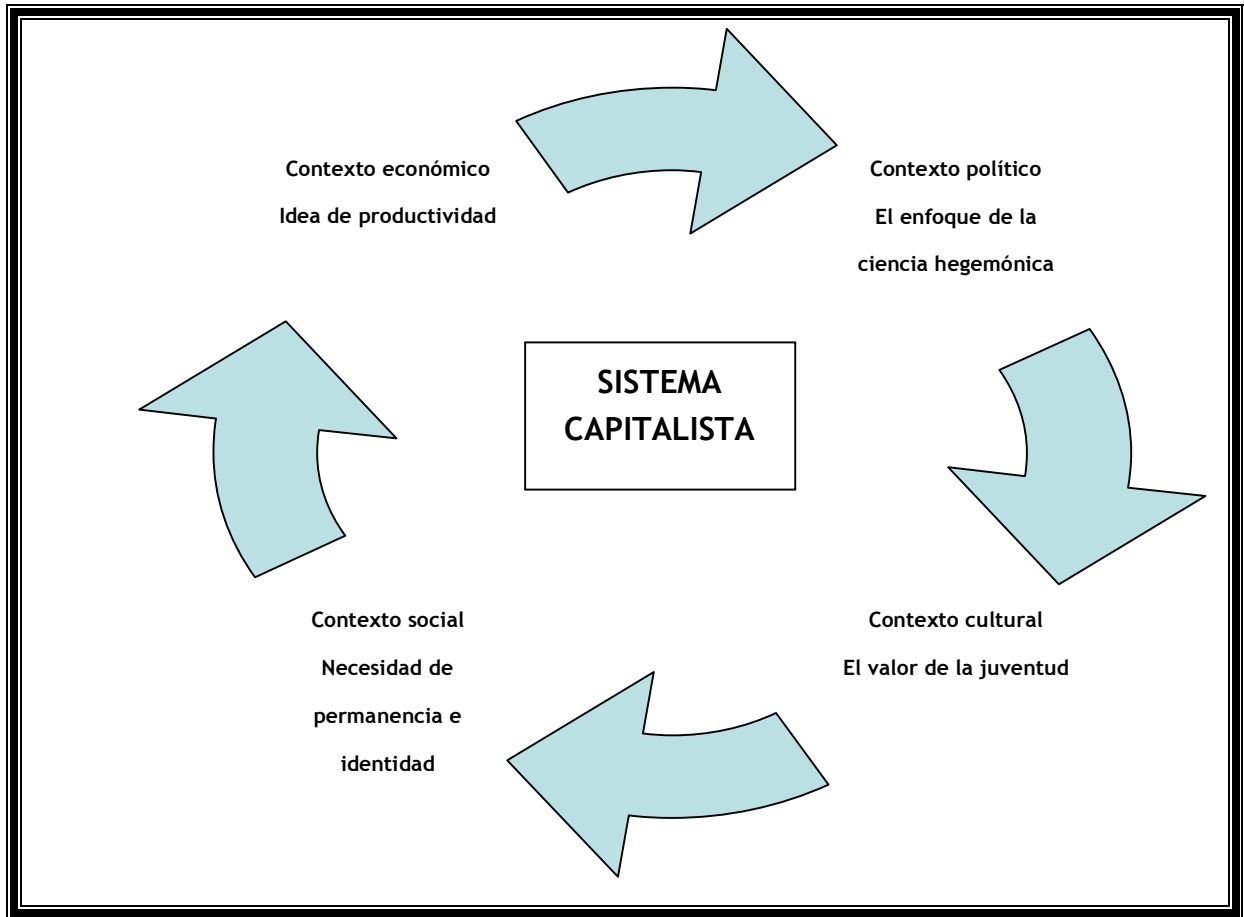
Finalmente debemos reconocer que el vejezismo es una problemática compleja y multidimensional que implica aspectos culturales, económicos, políticos, comerciales, religiosos, filosóficos, científicos y académicos, entre otros, por lo que las propuestas para disminuirlos deben considerar acciones amplias, concertadas, y graduales, que consideren el establecimiento de políticas públicas y programas de intervención permanentes que impliquen la participación de todos los sectores involucrados, con el fin de que se desarrolle una cultura gerontológica que responda a las demandas sociales actuales, considerando una sociedad para todas las edades.

## REFERENCIAS

1. Butler RN. Age-ism. Another form of bigotry. *Gerontologist* 1969;9:243-246.
2. Butler RN. The future of ageism. New York: International Longevity Center; 2004. Available from: <http://www.ilcusa.org/lib/pdf/ageismib5.04.pdf>
3. Traxler A. Let's get gerontologized: Developing a sensitivity to aging the multi-purpose senior center concept: A training manual for practitioners working with the aging. Springfield, IL: Illinois Department of Aging; 1980. p. 4.
4. Butler R. Why survive? Being old in America. New York: Ed. Harper & Row; 1975.
5. Jodelet D. La representación social: fenómenos, concepto y teoría. En: Moscovici S (Ed). *Psicología Social II. Pensamiento y vida social. Psicología social y problemas sociales*. Barcelona: Paidós; 1984.p. 469-494.
6. Abric JC. Les éducateurs et leur représentation sociale de l'enfant de rue au Brésil. En : *Exclusion sociale, insertion et prévention*. París: Editions érès; 2003. p. 69.
7. Butler R, Lewis M. *Aging and Mental Health*. St. Louis: Mosby; 1977.
8. Caicedo BML. La muerte en la cultura occidental: antropología de la muerte. *Revista Colombiana de Psiquiatría* 2007; 36 (2):332-339.
9. Palmore E. Ageism in gerontological language. *Gerontologist* 2000; 40(6):645.
10. Light D, Keller S, Calhoun C. *Sociología*. México: McGraw-Hill; 1991.p.356.
11. Mardones M, Riquelme R. Exclusión social y estereotipos. *El Hispano* 2006. 11 de Noviembre. Santiago de Chile.
12. Castro F, Diaz A, Veja J. Construcción psicológica de la identidad regional: tópicos y estereotipos en el proceso de socialización, el referente a Extremadura. Extremadura: Gráfica Diputación Provincial de Badajoz; 1999.p. 63-66.
13. Lippmann W. *La opinión pública*. Madrid: Editorial Langre; 2003.
14. Jost JT, Banaji MR. The role of stereotyping in system-justification and the production of false consciousness. *Brit J Soc Psychol* 1994; 33, 1-27 .
15. Lerner M. *America as a civilization: Life and thought in the United States today*. New York: Simon and Shuster; 1957.
16. Palmore E. *Ageism: negative and positive*. New York: Editorial Springer; 1990.
17. Nelson TD. *Ageism: stereotyping and prejudice against older persons*. Cambridge: MIT Press; 2004.
18. American Psychological Association (APA): Resolution on ageism 2002 <http://www.apa.org/pi/aging/ageism.html>



19. Levy BR, Hausdorff JM, Hencke R, Wei JY. Reducing cardiovascular stress with positive self-stereotypes of aging". *Gerontology* 2002;55: 205-213.
20. Goodstein RK. Common clinical problems in the elderly: camouflaged by ageism and atypical presentation". *Psych Ann* 1985; 15, 299-312.
21. Palmer BW, Jeste DV, Sheikh JI. Anxiety disorders in the elderly: DSM-IV and other barriers to diagnosis and treatment". *J Affec Disord* 1997;46, 183-190.
22. Small GW. Recognizing and treating anxiety in the elderly. *J Clin Psych* 1997; 58(Suppl 3), 41-50.
23. McCann R, Giles H. Ageism in the workplace: a communication perspective. In Nelson TD (Ed). *Ageism: Stereotyping and prejudice against older persons*. Cambridge, MIT Press; 2002. p. 163-199.
24. Levy B, Ashman O, Dror I. To be or not to be: the effects of aging stereotypes on the will to live". *Omega - J Death Dying* 2000; 40, 409-420.
25. Curry LC, Stone JG. Understanding elder abuse: the social problem of the 1990's". *J Clin Geropsychol* 1995; 1(2), 147-156.
26. Farkas M, Jette AM, Tennstedt S, Haley SM, Quinn V. Knowledge dissemination and utilization in gerontology: an organizing framework. *Gerontologist* 2003; 43:47-56.
27. Braithwaite V. Reducing ageism. In: Nelson TD. *Ageism*. Cambridge: The MIT Press; 2004.p.331-332.



**Figura 1.** Los contextos que propician el vejeismo

## **Cuadro 1.** Características básicas de los estereotipos del vejeismo<sup>15</sup>

---

- El estereotipo proporciona una visión altamente exagerada de unas pocas características.
  - Algunos estereotipos son inventados o no tienen base real, y se valoran como razonables debido a su relación con algunas tendencias de comportamiento que tienen alguna parte de verdad.
  - En un estereotipo negativo, las características positivas se omiten o no son suficientemente declaradas.
  - Los estereotipos no reflejan las tendencias compartidas por la mayoría u otras características positivas de las personas.
  - Los estereotipos no proporcionan ninguna información sobre la causa de las tendencias que se señalan.
  - Los estereotipos no facilitan el cambio.
  - Los estereotipos no facilitan la observación de la variabilidad interindividual, siendo esto especialmente importante en el caso de las personas mayores.
-

## **Cuadro 2.** Conceptos psicológicos y sociales aplicados al viejismo<sup>16</sup>

---

- El lenguaje infantil. Es usualmente usado en el diálogo con niños y bebés, pero también es empleado como forma de comunicación con viejos y, es especialmente usado por los cuidadores. Esto remite a la idea de comparación entre la dependencia derivada del envejecimiento con fragilidad y la dependencia infantil.
  - Lenguaje para ancianos. Es una forma de dirigirse a la persona vieja, de manera lenta y con volumen amplio que da por hecho que el viejo o no escucha o no entiende con claridad.
  - La compasión. Este término describe la tendencia de los jóvenes y de los propios ancianos de percibir a los viejos o a sí mismos como “necesitados” o vulnerables.
  - Dependencia auto inducida o aprendida. Se refiere al efecto de tratar personas viejas como dependientes e indefensas, independientemente de sus reales condiciones.
  - El efecto del halo negativo. Describe el fenómeno que ocurre cuando aquéllos que son relacionados con la fealdad, en este caso los viejos, además son vinculados con otros atributos negativos que no tienen relación.
-

### **Cuadro 3.** Mitos de la vejez vinculados con el viejismo

---

- Las personas mayores son todas muy parecidas.
  - Los viejos están socialmente aislados.
  - Los ancianos son enfermos, frágiles y dependen de otras personas.
  - La mayoría de los viejos tienen algún grado de deterioro cognitivo.
  - La mayoría de los ancianos están deprimidos.
  - Los viejos se vuelven difíciles de tratar y son, con el paso de los años, más rígidos.
  - Los ancianos raramente se enfrentan a los declives inevitables asociados con el envejecimiento.
  - Los viejos no pueden aprender nuevas habilidades o estrategias de afrontamiento.
  - Todos los viejos son pobres y requieren apoyo económico o material.
  - Todos los viejos requieren apoyo alimentario (despensas) y ayudas técnicas (lentes, bastones, prótesis).
-