**Mitos y realidades sobre la senectud**

El Consejo Nacional sobre el Envejecimiento (NCOA, por sus siglas en inglés) publicó recientemente los resultados de la encuesta Mitos y Realidades del Envejecimiento 2000. La encuesta se llevó a cabo gracias al trabajo en conjunto del NCOA y Oppenheimer Funds y Pfizer Inc. Por segunda vez en 25 años, un estudio de seguimiento ha anulado los estereotipos sobre el envejecimiento en Estados Unidos. La encuesta a más de 3.000 adultos estadounidenses de todas las edades produjo una serie de sorpresas.

Casi la mitad (44%) de todos los encuestados mayores de 65 años, dicen "estos son los mejores años de mi vida". Esto es un aumento del 32% con respecto a los resultados de 1974. Los subgrupos de estudio muestran una imagen ligeramente diferente. De los estadounidenses mayores de 65 a 69 años, el 49% estuvo de acuerdo con la declaración. De los 70, el 44% estuvo de acuerdo. De los 80, el 33% estuvo de acuerdo. El 60% de los negros mayores y el 57% de los hispanos mayores estuvieron de acuerdo. Y a pesar de algunas percepciones erróneas persistentes sobre el envejecimiento, el 84% de todos los estadounidenses dicen que estarían felices si vivieran hasta los 90 años.

"¿Cuándo comienza la vejez?" Los resultados actuales de la encuesta indican que, en la mente de muchos, la vejez comienza con una disminución en la capacidad física o mental, en lugar de con la llegada de un cumpleaños específico. En la actualidad, la definición de la edad media se ha expandido a la séptima década para algunos estadounidenses. Entre los encuestados de 65 a 69 años, el 45% dijo que se considera de mediana edad. Hoy en día, el 33% de los estadounidenses de los 70 se consideran de mediana edad.

"¿Cuándo es el momento de retirarse?" Sólo el 24% de los encuestados citó "alcanzar cierta edad" como un factor clave para decidir retirarse. El dinero y la salud son más propensos que la edad cronológica para determinar las decisiones de jubilación.

"¿El atractivo sexual desaparece con la edad?" Basado en los resultados de la encuesta, aparentemente no, y tampoco la importancia del sexo en años posteriores. El 72% de los encuestados cree que un hombre o una mujer de 75 años puede ser sexy. Más de 2 de cada 3 estadounidenses mayores dicen que tener una relación sexual será importante para hacer que sus últimos años sean significativos y vitales.

La encuesta de 2000 también demolió el mito del conflicto intergeneracional. El 92% de todos los grupos de edad no estaban de acuerdo con la afirmación de que "las personas mayores son codiciosas". El 80% de todos los grupos de edad estuvieron de acuerdo en que "las personas mayores reciben muy poco respeto por parte de las personas más jóvenes". Los resultados también indican que los estadounidenses más jóvenes favorecen gastar más, no menos, en las personas mayores al mantener los beneficios del Seguro Social, ampliar los beneficios de Medicare y aumentar los créditos fiscales.

En la actualidad, las personas mayores están menos preocupadas por la salud, las finanzas, la soledad y el crimen que hace 25 años. Hoy en día, el 12% citó la mala salud como un problema muy grave (21% en 1974). Sólo el 12% de esos 65 años y más dijo que no tener suficiente dinero era un problema muy serio. Sólo el 4% de las personas mayores sentía que la soledad era un problema muy grave. Sólo el 9% dijo que el miedo a la delincuencia era un problema muy grave (23% en 1974).

Sin embargo, los resultados del estudio encontraron que las personas más jóvenes tienden a exagerar en gran medida los problemas de salud, financieros y de aislamiento social de las personas mayores. De hecho, son las personas más jóvenes las que están mucho más preocupadas por los problemas financieros, la amenaza de la violencia y la soledad.

"Mitos y Realidades del Envejecimiento 2000 nos ha presentado motivos para el optimismo y la reflexión cuidadosa", dijo James Firman, CEO de NCOA. "La posibilidad de experimentar un envejecimiento positivo y vital que perdía en nuestra décima década de vida es una de las nuevas realidades de este siglo. Si bien hay razones para el optimismo, debemos recordar que hay millones de estadounidenses para los que la vejez es una dificultad".

Robert Butler, MD, y CEO del Centro Internacional de Longevidad concluyó que, "Mientras las ideas sobre el envejecimiento están avanzando, los estadounidenses todavía necesitan hacer un mejor trabajo de preparación para la vejez. Aunque la ciencia ha alterado dramáticamente las disminuciones de la salud relacionadas con el envejecimiento persisten problemas obstinados, como el desafío de la enfermedad de Alzheimer".

"Ciertamente es cierto que la riqueza, así como la salud, determinan en gran medida la felicidad en la vejez", concluyó Bridget Macaskill, presidente y CEO de Oppenheimer Funds. Ella advierte que, "A medida que aumenta la longevidad, aumenta la necesidad de una planificación cuidadosa y una amplia discusión con los miembros de la familia. Sin embargo, los resultados del estudio muestran que el 44% de los encuestados nunca habían discutido con su cónyuge u otros miembros de la familia cuando se jubilarían; El 40% nunca había discutido dónde vivirían; y el 45 % nunca había hablado de cuánto dinero necesitaría para jubilarse".

LIFE LINES Magazine, septiembre/octubre del 2000, pág. 6