



UN PLANETA ENVEJECIDO

LOS TELÓMEROS
Y EL PORQUÉ DEL ENVEJECIMIENTO

**ENVEJECIMIENTO
CREATIVO**

EL HOMBRE Y LA TIERRA,
UNA RELACIÓN CONFLICTIVA

**LOS ADULTOS MAYORES Y
DIGITALIZACIÓN**
¿INTEGRADOS O AISLADOS?

Si la esperanza de vida ha crecido considerablemente, el índice individual de mortalidad no ha cambiado por 200 000 años. Sigue siendo uno de cada uno, es decir 100%! Sin embargo, la muerte está considerada hoy como un fracaso. Debemos volver a leer a Montaigne, que conoció epidemias de peste mucho más graves que el coronavirus, y que escribe en los *Ensayos*: "La meta de nuestro recorrido es la muerte... Pero si nos asusta, ¿cómo avanzar un paso sin fiebre? El remedio del vulgar es no pensar en ella. [...] Pero cuando les llega por sorpresa, o al cónyuge, a los hijos o a los amigos, ¡qué tormentos, qué gritos, qué rabia y qué desesperanza!" A este punto llegamos. Redescubrimos que somos mortales. Pero si lo pensáramos un poco más, viviríamos más intensamente.

Dejemos de soñar con omnipotencia y de felicidad constante. La finitud, el fracaso y los obstáculos forman parte de la condición humana. Mientras no aceptamos la muerte, entraremos en pánico con cada pandemia. ¿Y por qué tanta compasión acerca del Covid-19, y no por la guerra en Siria, la tragedia de los migrantes o los nueve millones (de los cuales tres millones de niños) que mueren de malnutrición? Es moral y psicológicamente insoportable.

(...) La salud no es un valor, es un bien: algo envidiable, no algo admirable. Los valores más grandes, todos los conocemos: la justicia, el amor, la generosidad, el coraje, la libertad... No estoy dispuesto a sacrificar mi libertad en el altar de la salud.

(...) Los que creen que esta crisis no cambiará nada están equivocados. Los que creen que cambiará todo están equivocados también. Esta pandemia plantea muchos problemas, pero no resuelve ninguno. La economía mantendrá sus obligaciones y exigencias. Quizás vamos a revalorizar los sueldos de algunas profesiones de utilidad social. Pero los futbolistas seguirán ganando millones, y lo veo poco probable para las enfermeras.

Entrevista de André Comte-Sponville al sitio suizo de información Le Temps, 17 de abril 2020.



- 4 EDITORIAL
Por Sylvie R. Moulin
- 6 EL HOMO DIGITALIS Y EL (INMINENTE) NACIMIENTO DE LA FAMILIA HUMANA
Por Miguel E. Orellana Benado
- 9 LOS TELÓMEROS Y EL PORQUÉ DEL ENVEJECIMIENTO
Por Dr. Alejandro Arroyo Ríos y Dr. Fernando Romero Mejía
- 13 ENVEJECIMIENTO CREATIVO
Por Ricardo López Pérez
- 17 EL HOMBRE Y LA TIERRA, UNA RELACIÓN CONFLICTIVA
Por Edgardo Hidalgo Callejas
- 22 LOS ADULTOS MAYORES Y DIGITALIZACIÓN ¿INTEGRADOS O AISLADOS?
Por Patricio Hernández Nawrath
- 27 “LOS ADULTOS MAYORES DEBEMOS SELECCIONAR NUESTROS RECUERDOS PARA VIVIR EN PAZ”
Entrevista al médico neurocirujano Lientur Taha Moretti
- 32 PROBLEMAS HASTA AHORA SURGIDOS EN LAS DISCUSIONES DE LA CONVENCIÓN CONSTITUYENTE
Por Rubén Farías Chacón
- 35 LA SENECTUD INVASIVA
Por Rogelio Rodríguez Muñoz
- 37 LITERATURA PARA LA CONTINGENCIA
Por Francisco Aedo Sancristoful

SUMARIO



Editorial



Sylvie R. Moulin*

Es un hecho, los habitantes de la Tierra envejecen a un ritmo acelerado. Hace un par de años que nos lanzan a la cabeza cifras alarmantes. De aquí a 2050, según la ONU, la población del planeta aumentará a dos mil millones; la esperanza de vida, a nivel global, se extenderá 5 años (sonrisa de alegría), pero “los de más de 65 años” superarán “los de 15-24 años” (gesto de incredulidad), con confirmación de que la diferencia entre los países más pobres y los más ricos seguirá siendo “de casi 14 años” (mueca de consternación).

Funcionamos en un sistema de consumo en el cual la vejez aparece al mismo tiempo como un lujo del cual debemos gozar y como una fatalidad que hay que asumir. A diario nos topamos con una innumerable publicidad sobre productos que permiten superar los problemas que traen los años, luchando contra el envejecimiento de las células - vitaminas, antioxidantes, omega-3-

y otros que ayudan a mantener la juventud de la piel. ¡Pues si la edad es un lujo, su apariencia se debe disimular!

Los títulos son atractivos: “¿Cuáles son los alimentos que frenan el envejecimiento?”, “¿Qué vitaminas tomar para mantenerse joven?”, “Soluciones naturales anti-edad”, “Curar no solo los síntomas del envejecimiento sino sus causas”, etc. Pronto se necesitará más gerontólogos que pediatras en nuestras sociedades desarrolladas, pero por lo menos mantendremos figuras espléndidas hasta el final.

Las perspectivas que se perfilan en las próximas décadas también crean cierta desconfianza, ya que por supuesto sería según el nivel de desarrollo de los países. Las relaciones que una sociedad mantiene con sus miembros mayores revelan mucho de sus conceptos éticos y filosóficos, sus creencias, sus juicios. ¿A qué edad se

*Profesora, traductora y escritora. Doctorado en Estudios Ibéricos e Iberoamericanos y Master en Literatura Comparada, Universidad de Paris IV-Sorbonne. Docente por 12 años en Estados Unidos. Autora de varios libros de crónicas y cuentos.





puede fijar el inicio de la vejez? ¿Cuáles son los criterios que permiten situar a un individuo en esa categoría? Obviamente, la fecha de nacimiento no es la única norma que considerar.

En la literatura, la vejez simboliza tanto la sabiduría y el conocimiento resultando de la experiencia – del cual *El viejo y el mar* de Hemingway es una efigie ejemplar-, como el deterioro y la decadencia. El anciano conforta, pero también gruñe, cuenta hermosos recuerdos, pero siempre repite lo mismo. Corneille daba un amplio espacio a los ancianos en su teatro, cuando destacaba su sabiduría y su capacidad para controlarse (*Horacio*), cuando los presentaba como víctimas de su decadencia (*El Cid*, en la famosa tirada de Don Diègue marcada por la “vejez enemiga” y el “cruel recuerdo de la gloria pasada”), o cuando los ponía en ridículo (*Médée*, “un anciano enamorado merece que uno se ría de él”). Además, los hombres tendían a envejecer mejor que las mujeres y podían asumir con menos problemas sus arrugas y cabellera blanca. “El infierno de las mujeres es la vejez” declaraba tranquilamente La Rochefoucauld...

Por dicha, los estereotipos han cambiado, el vejesterio del siglo XVII se convirtió en leyenda y los ancianos llegaron a ser personajes nobles de la historia. Ya en *El Arte de ser abuelo*, Victor Hugo lo representaba como un modelo de sabiduría y ternura, y en *Los Miserables*, la larga trayectoria de Jean Valjean, comparable a la del autor, no dejaba en algún momento de ser estimable. Y si miramos

al teatro de la misma época, el anciano era simplemente un personaje más que actuaba igual que el resto, no un ser decrepito que despertaba la compasión o alguien irrisorio.

Ahora, el anciano no solo es un protagonista, sino que es él que crea la historia, ya que, si miramos a la literatura del siglo XXI, notamos que los escritores que pasan los setenta u ochenta años no son bichos raros. Antonio Skármeta, Amin Maalouf, Mario Vargas Llosa, Boris Cyrulnik, Isabel Allende, Joyce Carol Oates, Tobie Nathan y Michel Peyramaure son los primeros nombres que me vienen a la cabeza, pero la lista global es impresionante.

¿Qué significa eso? Que, si la población de nuestro planeta está envejeciendo, está al mismo tiempo conformándose con la realidad y los desafíos que representa una esperanza de vida cada vez más larga. La pandemia que nos ha afligido estos últimos dos años lo confirmó de manera clara. La vejez ha modificado sus criterios y características, es a la vez un tema de interés, de observación, de investigación, y un actor que participa en la creación diaria del presente y en la elaboración del futuro. Este “planeta envejecido” es un mundo en permanente adaptación, el Covid vino a alargar la lista de calamidades que afligen a sus habitantes, pero debemos encontrar un equilibrio entre los factores imprescindibles de la vejez y una realidad dinámica que la abre puertas nuevas. 🔥



El homo digitalis y el (inminente) nacimiento de la familia humana

En memoria de Ray Bradbury (1920 – 2012)



Fotografía de Victoria Orellana Stevenson.

Por Miguel E. Orellana Benado*

La historia humana está a punto de dar su salto más significativo. Más significativo que el dado en la antigüedad con la domesticación del fuego y la invención de la rueda, la agricultura, así como de la escritura. Será también mayor que el salto asociado con la introducción de la brújula, la imprenta y el entendimiento experimental del conocimiento (el que, según el relato positivista difundido por Comte en el siglo 19, habría engendrado la modernidad). Y superará también al salto

asociado con la introducción de locomotora de vapor en el siglo 19, las energías eléctrica y nuclear, el automóvil, el teléfono y la píldora anticonceptiva en el siglo 20.

Vale la pena tomar un momento para destacar una paradoja peculiar del tiempo histórico que estamos viviendo. Más de 2.500 millones de personas sobreviven hoy con US\$ 2 o menos al día, y no podrían siquiera soñar con alcanzar la

*Profesor asociado de Filosofía del Derecho y la Moral en la Facultad de Derecho de la Universidad de Chile. Doctor en Filosofía (U. de Oxford 1985), Licenciado en Ciencias (U. de Londres 1981). Autor de los libros *La academia sonámbula. Ensayo sobre la institución universitaria chilena al culminar su cuarto siglo* (2019) y *Educación es gobernar. Orígenes, fulgor y fines del triestamentalismo* (2016), ambos con Editorial Orjikh; *Enriquecerse tampoco es gratis. Educación, modernidad y mercado* (Editorial Universidad de Santiago de Chile 2013) y *Prójimos lejanos. Ensayos de filosofía en la tradición analítica* con una introducción de sir P. F. Strawson FBA (Editorial Universidad de Santiago de Chile 2011).



modernidad. Por el otro lado, el 10% más rico de la humanidad (más de 1.000 millones de seres humanos), ha dejado atrás la modernidad y está ya viviendo en la era digital. Elucido a continuación este último término.

El año 1989, en una coincidencia significativa, cayó el muro de Berlín y comenzó la difusión masiva de la Web a manos del físico oxoniense *sir* Timothy Berners-Lee. Fue el inicio de una nueva época histórica, la era digital. Aunque es un tiempo histórico distinto de la modernidad, en él continúa y se profundiza un proceso que verifica una profecía de Karl Marx sobre el futuro del capitalismo. A saber, que la riqueza material se concentraría por partida doble. De un lado, al interior de los Estados nacionales, donde unos tienen cada vez más riqueza material que otros y, también, en la sociedad internacional, donde unos estados son cada vez más ricos que otros.

El salto histórico al que aludí en el primer párrafo ocurrirá en la era digital, cuando se crucen dos antiguos fenómenos culturales que todavía hoy corren por carriles distintos. Uno de ellos es el surgimiento de la “tribu internacional”. El otro es la creciente penetración de los cuerpos y la conciencia humana por la tecnología. Veamos el origen del primero de estos fenómenos.

La actual tribu internacional comenzó a formarse en occidente con los matrimonios mixtos por razones dinásticas a fines de la edad media, del que los Reyes Católicos de España son un vistoso ejemplo inicial. Hay muchos otros ejemplos del cruce de miembros principales de la aristocracia europea en los últimos trescientos años. Me

detengo aquí para ilustrar este punto. En el siglo 17, el depuesto Jacobo II de Inglaterra se exilió en la Francia absolutista. ¿Por qué? Porque ahí reinaba su primo hermano, el Rey Sol, Luis XIV. María Antonieta, mujer del último Borbón que ocupó el trono de Francia, a quien la Revolución Francesa guillotínó a finales del siglo 18, era austriaca. En el siglo 19, la reina Victoria fue apodada con justa razón “la abuela de Europa”. Sus nietos reinaban en la mayor parte del continente, uno era emperador de Rusia y otro Kaiser de Alemania, y una de sus nietas estaba casada con el Rey de España.

La actual tribu internacional surgió cuando la estrategia de matrimonios mixtos por razones dinásticas se propagó más allá de Europa, pasando a incluir a los “barones” de la industria y las finanzas surgidos en el Nuevo Mundo. Su estreno en sociedad puede asociarse con *sir* Winston Churchill, cuyo padre tuvo por suegro a un riquísimo abogado y financista estadounidense, conocido en su día como “El Rey de Wall Street”. Pertenecer a la tribu internacional hoy significa tener lealtades plurinacionales, hablar varios idiomas, estar familiarizado con varias culturas y residir en diferentes países durante la vida.

La penetración de la tecnología en los cuerpos y la conciencia del 10% más rico de la humanidad es el segundo fenómeno cultural que mencioné hace un momento. Su impacto invierte el “desencanto del mundo” descrito por Max Weber, polímata alemán que lo presenta como una clave para entender la modernidad. Durante dicho período, habríamos comenzado a entender la realidad en términos racionales o seculares. El mundo habría

“ *La actual tribu internacional surgió cuando la estrategia de matrimonios mixtos por razones dinásticas se propagó más allá de Europa, pasando a incluir a los “barones” de la industria y las finanzas surgidos en el Nuevo Mundo.* ”






dejado de ser considerado como un escenario sagrado, empapado de la gloria divina, y que ha sido creado para permitir el despliegue de la libertad humana. Luego vino la revolución de los medios de comunicación, que comenzó con telégrafos, teléfonos, la radio y la televisión.

Como ya mencioné, la revolución en las comunicaciones adquirió un vigor sin precedentes en 1989, cuando comenzó el crecimiento masivo de la Web. Ahora el significado está impregnando el mundo físico y ya no está confinado a libros, templos y monumentos. La Web está cambiando tanto las formas en que aprendemos, cómo nos relacionamos entre nosotros y como construimos la realidad. También está transformando los medios de creación de riqueza, tanto la material como la intelectual. Pronto la tribu internacional accederá a la Web directamente desde sus cuerpos y los dispositivos externos se volverán obsoletos. La tecnología habrá penetrado por completo en nuestros cuerpos, aventura que comenzó ya en la prehistoria con, entre otras, las trepanaciones de cráneos.

Cuando a todo lo anterior la tribu internacional sume el control de la dotación genética que tendrá su descendencia, entonces habrá nacido el homo digitalis. Este es el salto que la historia humana está a punto de dar. Ya comenzamos a vislumbrar que la antigüedad, la edad media y la modernidad tienen mucho más en común de lo que hasta ahora podíamos darnos cuenta. El salto histórico que estamos por dar ocurrirá cuando nazca el primer ser humano digital. Entonces la antigüedad, la edad media y la modernidad, quedarán de un lado en la historia, y la era digital del otro lado. Ese día, por fin, existirá la familia humana. El homo digitalis tomará el papel de la generación mayor.

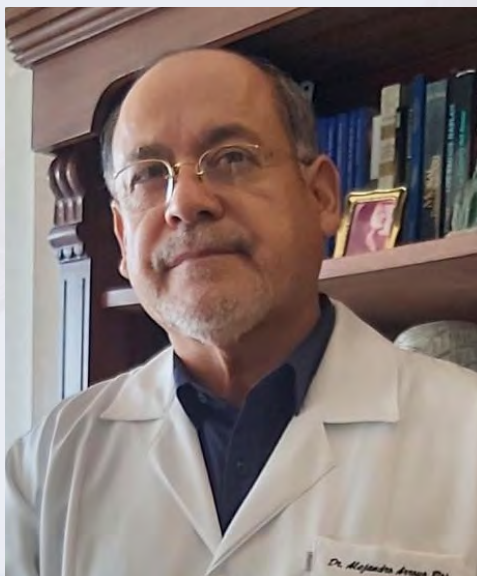
De momento solo existen seres humanos sumidos en la niñez, sin tutores y, hasta hace muy poco, en relativa pobreza material. Con el homo digitalis la niñez habrá engendrado a sus mayores, la generación adulta, un hecho inédito en la historia. Durante el siglo 20, la ciencia, la tecnología y el comercio liberaron al 10% más rico de los seres humanos del yugo de la pobreza. En el siglo 21, liberarán al homo digitalis del yugo de la evolución mediante la selección natural.

El homo digitalis enfrentará dos desafíos: qué hacer con el homo sapiens y cómo entretenerse. Respecto del primer desafío, el enfoque será el de cualquier generación mayor, responsable y cariñosa. Urge quitar las armas de las manos de la niñez. Urge regular su reproducción: asegurar que se reproduzca en el momento adecuado y solo en el número apropiado. Urge también garantizar condiciones materiales que fomenten el desarrollo pleno de sus capacidades. Las políticas de natalidad que impondrá el homo digitalis reducirán la población total de homo sapiens a unos pocos cientos de millones en un par de generaciones, sin necesidad de matar a nadie. Así se resolverán los ominosos problemas causados por la superpoblación.

La crianza del homo digitalis incluirá una versión del “servicio comunitario”, que hoy es parte de la mejor educación que recibe la descendencia de la tribu internacional. A saber, conocer, aprender a querer y cuidar al homo sapiens, el rincón de la evolución del que surgió el homo digitalis. Llegará la hora anunciada por la profecía de Isaías: “No alzaré espada nación contra nación, ni se adiestrarán más para la guerra”. El homo digitalis concentrará sus energías en llevar el humor, las artes, los negocios, la literatura, la ciencia, la erudición, los deportes y la tecnología a picos de creatividad inimaginables hoy. 



Los Telómeros y el porqué del Envejecimiento



Dr. Alejandro Arroyo Ríos*



Dr. Fernando Romero Mejía**

Laboratorio de Neurociencias Universidad de la Frontera – Chile

Una visión científica del envejecimiento que predomina en la actualidad es que el ADN de nuestras células se va deteriorando paulatinamente de una forma irreversible hasta volverse disfuncionales. El envejecimiento puede definirse como el deterioro funcional progresivo de la célula y la merma de su capacidad para responder adecuadamente a los estímulos externos y las lesiones. Las células envejecidas ya no son capaces de

reaccionar con normalidad ante los esfuerzos y las tensiones, ya sean físicos o psicológicos. Este es un proceso continuado que muchas veces deriva, lenta y silenciosamente, en las enfermedades relacionadas con el envejecimiento, dolencias cuyo origen puede buscarse, en parte, en los telómeros cortos y en las células envejecidas. Y nos preguntamos ¿Qué ADN se deteriora? y ¿por qué se deteriora? La

* Escritor, músico y doctor en neurociencias (Universidad Federal de São Paulo-Brasil, 2005. Es fundador y director del Coro de Cámara de la Universidad de la Frontera, de 1989 a 2018, e investigador del Laboratorio de Neurociencias de la Escuela de Medicina de la Universidad de la Frontera y Escuela Paulista de Medicina Brasil. Luego de una fructífera labor en varios cargos públicos y como Seremi de Cultura en la Región de la Araucanía, desde el año 2013 a la fecha se desempeña como Asesor Cultural de Carabineros de Chile. Como escritor destacan sus libros *Las relaciones Interhemisféricas Cerebrales en la Comunicación Humana*, *Cantico de los Afectos* y *La vida se cura con la Vida*.

** Biólogo, 1972, Universidad de Chile, Chile. Magíster y Doctor en Biología Molecular, 1990-1995, Universidad Federal de Sao Paulo, ex académico del Departamento de Ciencias Preclínicas, Neurociencias, Facultad de Medicina, Universidad de la Frontera. Chile, hasta 2019. Investigador proyecto de investigación científica nacional e internacional, con productividad científica, en revistas ISI, dirección de área de investigación de Biofísica Farmacológica e innovación en Biotecnología de Productos Naturales, enfocado al estrés de células nerviosas y somáticas. Generación de patentes PCT de principios activos con propiedades farmacéuticas.





respuesta apunta a los telómeros como los principales causantes.

El descubrimiento de los telómeros cambió por completo la forma en que los investigadores estudian la longevidad y el proceso de envejecimiento. Los telómeros son fragmentos de «ADN basura» que se encuentran en los extremos de los cromosomas y protegen tu ADN real cada vez que una célula se divide. Los telómeros son regiones de ADN no codificante, ubicadas en los extremos de los cromosomas eucarióticos. Se cree que, a medida que una célula se divide, los telómeros se vuelven cada vez más cortos hasta que desaparecen. En este punto, el llamado ADN “real” ya no se puede copiar, y la célula simplemente envejece y no puede replicarse. Los telómeros, como estructuras nucleoprotéicas situadas en los extremos de los cromosomas eucarióticos, son de importancia crítica tanto en el mantenimiento de la estabilidad genómica como en los procesos de supresión tumoral y envejecimiento.

La erosión de los telómeros es un factor que contribuye al proceso del envejecimiento y lo interesante es que neurocientíficamente este proceso se puede ralentizar e, incluso, invertir esa erosión. Su aplicación puede contribuir a reducir las enfermedades crónicas y a mejorar el bienestar, llegando hasta el nivel celular abarcando toda nuestra vida. Así, por ejemplo, la felicidad alarga los telómeros –los extremos de los cromosomas– que representan la edad biológica del ser humano relacionada con salud. La gente sana tiene los telómeros más largos, siendo una garantía de salud: según se

acortan, nosotros nos hacemos mayores. En los jóvenes, la longitud de los telómeros es de entre 8.000 y 10.000 nucleótidos y se van acortando cada vez que se producen nuevas divisiones celulares. Llegado a un punto, el telómero es demasiado estrecho y la célula deja de dividirse o muere.

De un tiempo a esta parte, numerosos grupos de investigación han tratado de revertir este proceso, pues si los telómeros no se acortaran, o lográramos alargarlos, nuestro envejecimiento biológico se detendría. Nos preguntamos ¿Por qué las personas envejecen a diferente ritmo? o ¿por qué hay personas que se mantiene lúcidas y enérgicas en la vejez mientras otras más jóvenes se enferman? Lo cierto es que la salud la controlan principalmente los genes y el código genético determina nuestro riesgo de sufrir enfermedades afectando a nuestra longevidad en general incluso antes del nacimiento.

Así, los telómeros más cortos no solo están asociados con la edad sino también con la enfermedad. De hecho, la longitud más corta de los telómeros y la baja actividad de la telomerasa están asociadas con varias enfermedades crónicas prevenibles. Una vía temprana a la enfermedad es el acortamiento de los telómeros y derivan en células senescentes que permanecen en su sitio y, si bien son muchos los factores que pueden causar senescencia, el daño en los telómeros es muy común en los humanos. Cuando las células senescentes se van acumulando durante décadas en gran cantidad, se convierten en la base del tejido enfermo. La



inflamación es causante tanto del acortamiento de los telómeros como de la senescencia celular.

Hoy día sabemos que existen muchas enfermedades y síntomas asociados a un acortamiento “telomérico” acelerado, como son las enfermedades cardiovasculares, del sistema nervioso central, Alzheimer, Parkinson, cáncer, diabetes e infertilidad, por citar algunos ejemplos. Nuestros genes influyen en los telómeros, tanto en la longitud que tienen cuando nacemos como en la rapidez con la que menguan. Pero la buena noticia es que cuando decides vivir de un modo más saludable, la conexión entre tus acciones y tus telómeros inciden notablemente para emprender cambios significativos y duraderos en tu vida.

Diversas técnicas de índole psicósomática, como la meditación (Mindfulness) o escuchar música, han demostrado reducir el estrés e incrementar la concentración de telomerasa, la enzima que repone los telómeros y los hace más largos. El ejercicio de inducción musical dirigida (IMD) fomenta el control del pulso y el ritmo a nivel cardiovascular con un fuerte impacto en la disminución del estrés, reportando menores niveles de tensión y una menor concentración de cortisol, la hormona que se libera como respuesta al estrés, reponiendo los telómeros. Nuestros cerebros están constantemente buscando amenazas a nuestra supervivencia. Cuando exponemos nuestros cuerpos a años de excitación crónica de estrés, vemos efectos que anulan el envejecimiento normal, haciendo que nuestros telómeros parezcan que son de una persona significativamente mayor.

Un patrón consistente que aparece en nuestras historias clínicas es que la adversidad en la vida temprana se asocia con telómeros más cortos: el maltrato, el abuso, la negligencia severa y la exposición a la violencia parecen tomar una franja de los telómeros. Los seres humanos somos animales con corazón, hígado, huesos, cerebro y genitales y todos sentimos anhelo y lujuria, tenemos hambre y frío, nacemos del cuerpo de una mujer y morimos. El feto expuesto a numerosos acontecimientos adversos en la etapa de gestación presenta telómeros más cortos.

Cuando la actividad de la telomerasa es deficiente o nula se genera una pérdida de la capacidad regenerativa de los tejidos, lo que conlleva a

patologías ligadas al envejecimiento y a inestabilidad cromosómica. La telomerasa tiene un papel importante en células con gran capacidad proliferativa, como las células madre o durante el desarrollo embrionario; los telómeros de los cromosomas contenidos en el óvulo y los espermatozoides de los padres se transmiten directamente al feto en desarrollo. Esto es relevante, ya que supone que si tus padres han tenido una vida dura que ha acortado sus telómeros, podrían pasarte esos telómeros cortos. Si crees que puede ser tu caso, no te asustes. Los telómeros pueden alargarse, no solo acortarse. Puedes tomar medidas para mantener estables tus telómeros significando también que tus hábitos de vida que decides adoptar pueden redundar en un legado celular positivo para la siguiente generación.

Los postulados de Kandel E, y Aubert, G (1, 2) afirman que los telómeros (LT) son estructuras de proteínas de ADN en las colas de cromosomas que se acortan con la edad en la mayoría tejidos humanos. Los TL humanos se componen de repeticiones en tándem de la secuencia de nucleótidos en promedio entre 6 y 12 kilobases (kb) de longitud. Cuando los TL se vuelven críticamente cortos, el riesgo de apoptosis aumenta, y se detiene la proliferación biológica celular, lo que finalmente compromete la capacidad y función de renovación de los tejidos en el organismo humano. También, Blackburn, E. H. el 2001 demuestro que la longitud de los TL puede, por tanto, representar un “reloj molecular” que contribuye al envejecimiento humano y su calidad. En este sentido posteriormente Carmen Martin-Ruiz, 2011, investigadora sobre envejecimiento del Instituto de Neurociencia de la Universidad de Newcastle, en Inglaterra, a través de su grupo señala que cuanto más largos son los telómeros de una persona, se puede decir que “más fuerte es biológicamente”. Pero, por otra parte, diferentes autores contemporáneos que han correlacionado la longitud de los telómeros y enfermedades ajustada por edad más corta en esquizofrenia (SZ), en trastorno bipolar (TB), y en personas con alto riesgo de psicosis, han propuesto que cuanto más corto es el telómero ajustado por edad, más grave es la enfermedad, lo que sugiere su aplicación potencial para la estadiación clínica y la identificación de necesidades de tratamiento. Sin embargo, la fuerza del efecto, siendo estudios recientes, aun no es conclusivo y



“*La erosión de los telómeros es un factor que contribuye al proceso del envejecimiento y lo interesante es que neurocientíficamente este proceso se puede ralentizar e, incluso, invertir esa erosión.*”


sigue sin estar evidentemente claro, ya que otros estudios han postulado evidencias controversiales sobre su implicancia entre las variables clínica y TL (Bert y col., 2017, Elvsashagen y col., 2011). Que contrasta con Bert y col., que sugieren una TL más corta como un biomarcador de estadificación clínica posterior, caracterizada para una enfermedad más grave en trastornos cerebrales. Similares son los resultados propuestos por el estudio de Elvsashagen y col., que no demuestran una clara relación estadística para la asociación entre la duración de la enfermedad y la TL. O entre episodios depresivos y TL.

Los conocimientos científicos sobre los cambios del comportamiento nos indican que, si queremos introducir un cambio en nuestras vidas, tendremos que saber por qué queremos hacerlo puesto que nuestra mente no actúa de manera racional. En los procesos biológicos, atender la biología de tus telómeros te permitirá optimizar tus posibilidades de ser feliz y de gozar una vida más larga y saludable.

No debemos olvidar que funcionamos principalmente a base de patrones e impulsos automáticos para hacer el mínimo esfuerzo posible. Haz que el automatismo trabaje para ti, no en tu contra. Incrementa entonces la capacidad de tu cerebro para llevar a cabo tus planes de mejoramiento de

tu salud y calidad de vida. Somos más capaces de ejercer control cuando se activan las redes neuronales que alojan el pensamiento analítico. Cuando se produce más actividad en la corteza prefrontal, lagunas de las zonas más emocionales del complejo amigdalino se inhiben.

La práctica del ejercicio de inducción musical y relajamiento a través de la meditación son buenísimas para tus telómeros. Y este punto es crucial, pues cada día representa una oportunidad de frenar, mantener o acelerar el envejecimiento de nuestras células. Puedes conservar el equilibrio o incluso impedir una aceleración innecesaria del envejecimiento biológico, cuidando lo que comes, durmiendo lo suficiente para una buena recuperación, estando activo e incrementando tu forma física, además ejerciendo un trabajo que te apasione y realice como ser humano.

“¿Cómo estás?” “Muy bien, no podría estar mejor”. ¿Falso o verdadero? En muchos casos, la felicidad es un papel que representamos mientras que detrás de la fachada feliz hay una gran cantidad de sufrimiento. Lo cierto es que todos podemos esforzarnos por disfrutar de más días de renovación que de desgastes. Empieza ahora por hacer los pequeños cambios que harán de tu vida una vida significativa. En definitiva: “ser feliz para hacer felices a los demás”. 

Referencias

- Kandel, Eric R., James H. Schwartz, and Thomas M. Jessell. Libro: Principios De Neurociencia. 4' ed. Madrid [etc.]: McGraw-Hill. Interamericana, (2001).
- Aubert, G. & Lansdorp, P. M. Telomeres and aging. *Physiol. Rev.* 88, 557–579 (2008).
- Blackburn, E. H. Switching and signaling at the telomere. *Cell* 106, 661–673 (2001).
- Berk, M. et al. Staging in bipolar disorder: from theoretical framework to clinical utility. *World Psychiatry* 16, 236–244 (2017)
- Elvsashagen, T. et al. The load of short telomeres is increased and associated with lifetime number of depressive episodes in bipolar II disorder. *J. Affect Disord.* 135, 43–50 (2011).



Envejecimiento Creativo*



Por Ricardo López Pérez**

“La vejez nos aparta de las actividades: ¿Cuáles? ¿De aquellas que se realizan con el vigor de la juventud? ¿No existen actividades propias de la vejez, que, incluso careciendo de la fuerza física, pueden realizarse con la mente?”.

Cicerón. De senectute

Isaac Newton y Albert Einstein plasmaron sus principales ideas siendo muy jóvenes. Newton tenía 24 años en 1666, y ese el momento en que formuló sus leyes del movimiento, la ley de gravedad, la teoría de los colores y el espacio, e inventó el cálculo infinitesimal. La misma edad tenía Einstein en 1905, el año en que con sus investigaciones cambiaría para siempre el mundo disciplinario de la física. En ambos casos, estas contribuciones ocurrieron mientras permanecían

alejados de las presiones propias del mundo académico. Siendo jóvenes tuvieron ideas originales, fueron capaces de desarrollarlas y de someterlas luego a la consideración de un público más amplio.

Newton, el más grande científico de la humanidad, según la extendida convicción de la mayoría de los historiadores de la ciencia, vivió 75 años, pero antes de alcanzar un tercio de su vida ya había realizado sus mayores aportes creativos. Einstein,

* Dedicado a Mario Orellana Rodríguez, Premio Nacional de Historia 1994, quien con más de 90 años continúa trabajando y publicando con mayor entusiasmo cada día.

** Doctor en Filosofía, mención Epistemología de las Ciencias Sociales, Universidad de Chile. Académico de la Universidad de Chile.





“con el tiempo, y precisamente gracias a la experiencia acumulada, se almacenan “moldes cognitivos” que actúan como poderosos mecanismos que favorecen la cognición”

un verdadero icono de la creatividad, el personaje más citado en los textos sobre el tema, revolucionó la física moderna y cambió nuestros modos de pensar, mucho antes de su plena madurez.

La creatividad está reservada sólo para los jóvenes... ¿tiene esto algún fundamento o se trata de una fábula? Al respecto conviene no exagerar, siempre se pueden encontrar casos particulares para una y otra postura. Erwin Schrodinger, por ejemplo, tenía 40 años cuando formuló la mecánica cuántica, y el propio Einstein produjo algunas obras importantes todavía después de sus 30 años.

La relación entre edad y creatividad ha sido objeto de amplias discusiones. Estudios iniciales en esta materia mostraban la creatividad como un fenómeno centrado principalmente en la juventud, con su mejor momento hacia la tercera década de la vida, tal como ocurre con Newton y Einstein. Sin embargo, otras investigaciones más amplias y cuidadosas han abierto perspectivas diferentes. En la filosofía, la literatura, en las ciencias sociales y en el arte, las cosas no están sujetas a ningún límite de edad, como no sea la muerte. En las humanidades, concretamente, el número de aportes creativos parece mantenerse estable por largos periodos.

La edad es un factor tan significativo que existe la tendencia a suponer que todo lo que ocurre a nivel corporal y mental a partir de cierto momento, está relacionado con el paso de los años. Con seguridad muchos cambios en la vida dependen y se explican por este factor, pero es una torpeza asumir que la edad es un factor absoluto. Estudios recientes indican que con la edad se mantiene la cantidad y también la calidad de la producción creativa.

El neurobiólogo Elkhonon Goldberg afirma que el envejecimiento de la mente conlleva triunfos creativos que sólo se alcanzan con el tiempo. Con la edad disminuye el número de tareas que exigen gran despliegue y esfuerzo, pero a cambio la resolución de problemas adopta la forma de reconocimiento de patrones. Esto significa que con el tiempo, y precisamente gracias a la experiencia acumulada, se almacenan “moldes cognitivos” que actúan como poderosos mecanismos que favorecen la cognición.

A diferencia de otras especies, los seres humanos no necesitan descubrir completamente una y otra vez el mundo en que viven, porque se benefician del conocimiento acumulado de manera gradual a lo largo del tiempo. Este conocimiento es almacenado de manera simbólica



con ayuda de diversos soportes y dispositivos, y transmitido de una generación a otra. La disponibilidad de este conocimiento colectivo, acumulado por la sociedad, confiere a cada individuo un gran poder cognitivo, a condición de que sea capaz de acceder a él. Se trata de un gigantesco repertorio de patrones o moldes, que permiten reconocer situaciones y problemas nuevos como si fuesen familiares, con el consiguiente ahorro de energía y recursos. Sin estos moldes, el mundo sería un apabullante calidoscopio de impresiones dispares y amenazantes.

Cada ser humano tiene la posibilidad de adquirir una rica colección de patrones que representan una interminable sabiduría colectiva, y eso los libera de la obligación de comenzar desde cero frente a cada experiencia. Infortunadamente, por razones generalmente asociadas a la falta de oportunidades, muchas personas no adquieren estos recursos necesarios para enfrentar una vida de problemas y desarrollar su creatividad potencial.

Obras memorables en la vida de algunas personas han surgido en sus años finales. Las actividades que las personas mayores pueden realizar no están determinadas solamente por las limitaciones propias del envejecimiento biológico, sino también por lo que haya ocurrido en la juventud, por las actitudes personales y las oportunidades sociales relativas a la vejez. Linus Pauling afirmaba a los 91 años que había publicado el doble de artículos científicos en los últimos veinte años, en comparación con cualquier otro periodo equivalente de su vida.

Existe numerosa evidencia para mostrar que la longevidad, la salud, el rendimiento físico y los logros sociales en la vejez, pueden mantenerse o mejorar notablemente adoptando los valores y las conductas apropiadas. En muchos casos, la energía de sujetos creativos está fuertemente auto controlada y no depende del calendario.

Jean-Jacques Rousseau escribió en una de sus cartas: “Me convertí en autor a la edad que se suele dejar de serlo”. En efecto, recién acercándose a los 40 años publicó su primera obra; luego de esa primera experiencia mantuvo una fértil actividad hasta completar una extensa obra,

que culminó con su muerte a los 82 años. Thomas Hobbes, hombre de letras, científico y reconocido pensador de la política, descubrió la geometría recién a los 42 años. Escribió su primera obra política con más de 50 años; y todavía tuvo que esperar diez años más para ser considerado un filósofo con ocasión de la publicación del libro *De Cive*. Voltaire nació en 1694, y si hubiese muerto a los 60 años probablemente no lo recordaríamos: publicó el *Cándido* recién en 1759, y su *Tratado sobre la tolerancia* en 1763.

Más aún, existen personas de logros tardíos, con llamativos rendimientos a una edad bastante avanzada: Goethe publicó la segunda parte del *Fausto* con 63 años; Antonio Gaudí culminó la concepción de la catedral de la *Sagrada Familia* con más de 70 años, poco antes de morir; el arquitecto Frank Lloyd Wright completó el *Museo Guggenheim*, una de sus obras maestras, cuando tenía 91 años; Giuseppe Verdi escribió *Falstaff* con 80 años; Benjamín Franklin inventó los lentes bifocales a los 78 años; Cervantes publicó la segunda parte de *Don Quijote de la Mancha* en 1615, teniendo cerca de 70 años y después de una vida cargada de dificultades; el florentino Dante Alighieri trabajó casi veinte años en la *Divina Comedia*, obra que completó poco antes de morir en 1321, con 56 años; y J. R. R. Tolkien publicó *El Señor de los Anillos* con 62 años.

En el mundo antiguo también encontramos buenos ejemplos: Sófocles escribió *Edipo en Colono* a los 90 años; Eurípides partió al exilio con 76 años y en ese periodo escribió las tragedias *Ifigenia en Áulide*, *Alcmeón* y *Las Bacantes*, esta última una obra mayor en que el poeta prácticamente se reinventa; el filósofo Platón escribió *Las leyes*, su monumental testamento político, llegando a los 80 años; e Isócrates dirigió su escuela de retórica hasta el día de su muerte, a los 98 años. Antecedentes de este tipo son numerosos y se pueden encontrar en relación con distintos campos de actividad.

Un buen ejemplo lo proporciona Solón de Atenas, poeta y estadista, uno de los iniciadores de la democracia griega, quien siendo anciano escuchó de labios de su sobrino una poesía de Safo y quiso aprenderla. Con sorpresa éste le preguntó por qué se esforzaba tanto a su edad,



y él respondió: “Para aprenderla antes de morir, envejeczo aprendiendo muchas cosas”.

Parte importante del legado de Leonardo da Vinci consiste en 13.000 páginas de notas, conservadas parcialmente gracias a su discípulo Francesco Melzi. Su contenido se refiere a tres campos diferentes: arte, ingeniería y ciencia. Estas páginas contienen muchos dibujos, algunos son simples bocetos, pero también hay unos 1.500 diagramas muy precisos y numerosas ilustraciones acabadas. Con 66 años tenía ya algunas enfermedades y una artritis que afectaba gravemente una de sus manos. Gozaba a esa edad de algunas comodidades, pero no estaba todavía en disposición de retirarse. Escribe: “Continuaré. El hierro se oxida cuando no se usa, el agua estancada pierde su pureza y se hiela con el frío, así también la inactividad mina el vigor de la mente”.


Trabajando arduamente, en ocasiones comiendo solo un trozo de pan sin abandonar su tarea, según uno de sus biógrafos, Miguel Ángel completó los frescos de la Capilla Sixtina en 1512, teniendo 37 años. Luego, bajo requerimiento del Papa Pablo III, inicia en 1535 el fresco del *Juicio Final*, ubicado en una de las paredes frontales de la Capilla. Montó los andamios, preparó la pared con la primera capa de enlucido y comenzó el fresco en la primavera de 1536. Seis años después, en Nochebuena, una misa sería la ocasión para descubrir la pared y mostrar al mundo la representación del juicio final. Miguel Ángel tenía 66 años, y no dejaría de trabajar hasta su muerte en Roma el 18 de febrero de 1964, dejando inacabada la *Piedad Rondanini*.

Joan Miró vivió 90 años y produjo cerca de 2.000 pinturas al óleo, 500 esculturas, 400 objetos de cerámica y 5.000 dibujos y collages, además de unas 3.500 imágenes plasmadas en litografía, aguafuertes y otros soportes. Pablo Picasso realizó cerca de 20.000 obras. Solo de las *Señoritas de Avignon*, el notable cuadro que inicia el cubismo, se conservan ocho cuadernos de bocetos. No creía en las musas, pero irónicamente decía que si bajaban prefería que lo encontraran trabajando. Afirmó en una ocasión: “Tardé cuatro años en aprender a pintar como Rafael y toda una vida en aprender a pintar como un niño”.

El científico Iván Pavlov, en los inicios de la revolución rusa, escribe una encendida carta a los jóvenes de su país: “La ciencia exige del hombre toda la vida, y si ustedes tuvieran dos vidas no les serían suficientes. La ciencia es una gran tensión y una pasión inmensa”. El inventor Thomas Alva Edison hizo miles de experimentos antes de perfeccionar la ampolleta. Necesitó realizar más de 10.000 experimentos para fabricar la batería eléctrica. Luego de varias pruebas fallidas comentó: “Hemos descubierto otra cosa que no debemos hacer. Ya estamos más cerca”. Llegó a tener 1.400 patentes. Se conservan 3.500 cuadernos de anotaciones en donde consignó detalladamente sus procesos creativos y sus ideas. Habitualmente dormía en una mesa del laboratorio para no perder tiempo y empezar a trabajar con prontitud en la mañana.

Así las cosas, no hay fundamento para establecer ninguna relación lineal entre creatividad y vejez. Lo cierto es que la vejez también puede ser una etapa creativa de la vida. En particular, la psicóloga Ellen Langer relaciona en forma concreta la posibilidad de desarrollar una mentalidad abierta y lograr resultados creativos, con la disminución del riesgo de depresión en la vejez.

Mucho más asertivo, el filósofo romano Cicerón, que nada sabía de neurociencia o psicología cognitiva, afirmaba en el siglo I aC: “Pues los ignorantes achacan a la vejez sus propios defectos y sus errores”. Agregaba: “Los que no tienen ningún recurso en sí mismos para vivir bien y con felicidad toda vida es pesada”.

Formado en el estoicismo, Cicerón no es dado a los lamentos. Más bien posee una alta concepción de la responsabilidad y la voluntad. Se pregunta por qué una persona está obligada a abandonar sus ocupaciones o a callar. Señala con algo de ironía: “A Homero a Hesíodo, a Simónides, Estésicoro, o a los que antes cité, a Isócrates, a Gorgias, a los mejores de los filósofos, a Pitágoras, a Demócrito, a Platón, a Jenócrates, posteriormente a Zenón, a Cleantes o incluso a éste que visteis en Roma, a Diógenes el estoico. ¿También la vejez los obligó a callar en sus tareas? ¿No fue en estos casos el desempeño de sus obligaciones de igual duración que su vida?”.



El Hombre y La Tierra, Una Relación Conflictiva



Por Edgardo Hidalgo Callejas*

La Tierra viene evolucionando desde su creación hace 4.500 millones de años. Ha pasado lluvias de meteoritos, asteroides, glaciaciones, actividad volcánicas gigantescas que cambiaron el clima por años; siempre se sobrepuso y terminó absorbiendo esos acontecimientos para evolucionar a otro estado geológico.

Siempre ha existido la aparición de especies nuevas, su evolución adaptativa y su extinción gradual que los científicos llaman “extinciones de fondo”, posiblemente por variaciones genéticas más capaces de sobreponerse formando otras especies mientras sus antepasados se extinguen. El clima va cambiando, algunas de las especies se adaptan y otras no sobreviven. Los científicos estiman que cada 24 a 32 millones años hay cambios geológicos que producen extinciones masivas. En el caso de las extinciones mayores como la famosa

de los dinosaurios hace 76 millones de años, en la cual –aunque las especies estaban muy bien adaptadas en aquel momento– el trastorno climático fue de tal envergadura que no les dio el tiempo “genético” para adaptarse. Los seres pequeños, de corta existencia, como los virus, bacterias, invertebrados y mamíferos chicos permiten que las nuevas descendencias genéticas traigan mayores probabilidades de alguna mutación favorable a las nuevas condiciones.

Se dice que los primeros homínidos aparecieron entre 6 y 7 millones de años, en Chad. En Etiopía Lucy (3,5 millones), Ardi (4,4 Millones) y Selam (3 millones) son nuestros abuelos. El homo sapiens pareciera que hizo su aparición hace 350 mil años y el homo sapiens-sapiens –nosotros– hace 120 mil años (todas las cifras son estimativas).

* Edgardo Hidalgo fue director de la Escuela de Kinesiología de la Universidad de Chile (1990-2000), Profesor de la Escuela de Danza de la Universidad de Chile (1968-1996) y Fundador/Primer Director de la Escuela de Kinesiología de la Universidad de Concepción. Es autor de varios libros: *El movimiento es vida* (2014); *La libertad ¿somos libres realmente?* (Ensayo filosófico valórico, 2019) y *La historia cómo yo la viví* (septiembre, 2021).





Pero esta especie, con un cerebro superior, no solo se adaptó a los climas donde nació —África— sino que se expandió hacia el norte, Europa, Asia hasta la India y China, incluidos los archipiélagos y Australia. Al continente americano llegó hace 30.000 años por el Estrecho de Bering (88 kilómetros) y hay teorías que en una glaciación de hace 30.000 años Europa se comunicó con el este de América por donde pudieron pasar emigraciones. Más difícil es la posibilidad que por la misma glaciación, que unió Australia con América del Sur, también pudimos recibir emigraciones asiáticas.

En la biología del hombre, si no le fue posible resistir un clima como la altura sobre el nivel del mar, los desiertos, las selvas, los hielos, etc. — construyó casas y modificó el entorno para hacerlo habitable. Megaciudades, pueblos, villorrios, casas, albergues, fueron diseñados para hacer un “clima propio”. La deforestación, el cambio de cursos de las aguas, los pastizales, la tierra agrícola, son ejemplos de modificaciones a la naturaleza para su propio beneficio.

Pero esta Tierra también está habitada por millones de otras especies chicas y grandes, que por no tener la adaptabilidad del hombre se recientan ante estos cambios y por ello muchas de ellas se están extinguiendo. Los animales de larga vida, para adaptarse, necesitan de alguna

mutación favorable, y esta se produce sólo pasando de una generación a sus hijos. Mientras más larga vida tenga la especie, también más años requerirá el cambio adaptativo. En el hombre, se dice que ocurre en 30 años, pero tenemos la ventaja de modificar el entorno a nuestro favor, no así los animales. Los virus tienen una vida de 2 o 3 días —algunos más, según las condiciones del momento— y eso significa que en un mes puede haber herencia de más o menos 10 generaciones, es decir que un animal que vive 20 años necesitaría 2 siglos. Por ello que los virus llevan en la Tierra 3 mil millones de años y seguramente nos sobrevivirán en la evolución de la Tierra.

La relación de la Tierra con el hombre ha cambiado definitivamente, y se nota en todos sus ámbitos.

En la naturaleza, hay mecanismos para mantener el equilibrio de las especies: desastres naturales (incendios, terremotos), enfermedades (epidemias), depredación (animales carnívoros), falta de alimentos (desnutrición), principalmente. El homo sapiens las ha superado todas y por ello que ya tenemos más de 7 mil millones de habitantes. Los animales tienen mecanismos para deshacerse de los viejos que ya no aportan nada a la manada y son una carga para la sobrevivencia de la especie. Algunos los dejan morir, otros los



expulsan, otros permiten que los predadores los separen y se los coman, mientras algunas especies, cada cierta cantidad de años, hacen suicidios masivos. Me he preguntado por qué esta pandemia es especialmente agresiva con los viejos, digamos mejor “tercera edad”. ¿Existe una conciencia supra natural que interviene en la evolución de la naturaleza humana? En los últimos 50 años los países más desarrollados se están poblando de tercera edad y son, sin duda, una carga social y económica. Como seres humanos con valores éticos, pensamos razonablemente que merecemos una vejez digna, después de haber dado todo por los hijos y por el desarrollo del país. Hay aquí un concepto moral en juego, para una sociedad humana civilizada. Pero ¿la naturaleza se rige por los mismos parámetros? Qué dice el concepto de “regulación natural de las especies”. Usted que es religioso ¿no cree que la regulación de las especies es un mandato de Dios para los animales? ¿y por lo tanto no lo será también para el homo sapiens?

Se podría responder: ¡No!, porque somos la especie elegida por Dios para reinar en la Tierra. ¡Eso lo dice el Dios de los humanos, según lo que los propios humanos anuncian “haber sido informados”! Bien, pero ahora que se nos agrega el virus, ¿cómo debemos interpretarlo?

Se supone y no se sabe con cuanta certeza científica, que el virus del Covid19 provino de murciélagos, algo que no sería raro. También la rabia procede de infecciones casuales de murciélagos. Y hay más ejemplos. Los informes entregan información abundante sobre los nombres del virus y de la enfermedad que causa. *El 11 de febrero la Organización Mundial de la Salud dijo que oficialmente se le llamaría Covid-19, (y el virus es SARS-CoV-2)*

Todos los países del mundo día a día difunden sus reportes en relación con la cantidad de muertos por coronavirus. La economía mundial se está resintiendo severamente. Las fábricas han despedido a sus trabajadores, la construcción detenida, el turismo y los viajes aéreos muestran las peores cifras. Dicen que es lo peor que ha sucedido desde la Segunda Guerra Mundial. La cantidad de infectados son millones en todo el mundo.

El coronavirus nos está diciendo algo que nosotros no queremos aceptar. Un ecólogo y vicepresidente de Sustainable Europe Research Institute, llamado Joachin Spangenberg, nos habla del concepto “One health”, el cual consiste en que hay una triada: **salud de la fauna, ecosistema y Homo sapiens**. Cualquiera de los 3 que se altere influye en los 2 siguientes. La invasión de bosques y zonas salvajes lleva como consecuencia inevitable que los animales se acerquen al hombre y transmitan sus patógenos, lo que sin este forzado contacto ecológico no habría sucedido, y de hecho no sucedió en cientos de años, o tal vez miles. Finalmente, nos contagian y ello puede llevar a una pandemia como ha ocurrido con el Ébola, el VIH, la peste porcina, la gripe aviar, etc.

Es interesante advertir que nosotros estamos en la cima de la escala predatoria; por lo tanto, ya no hay animales que nos puedan eliminar, o sea realizar la labor de disminuir y regular nuestra especie, son los virus quienes ahora nos invaden con sus enfermedades y *“buscan equilibrar lo que con sus garras y dientes no pudieron hacer”*. Los científicos dicen que los virus siempre han sido importantes en el ecosistema. De hecho, los primeros millones de años de vida en la Tierra fueron los virus quienes sostuvieron la evolución. El virus que se propaga por los zancudos, o mosquitos, con un grado más de calentamiento global del planeta significa que se le permite a los virus vivir hasta 3 días más, lo cual alarga el riesgo y peligro de infección para los humanos.

¡Sabia naturaleza! Para todo desequilibrio tiene una solución. La respuesta que nos está dando nos advierte que sus recursos son muchos, sorprendentes e incontrarrestable. (¿Mandato de Dios también?)

La Tierra, *resonancia de Schumann, (Winfried Otto) vibra en la misma frecuencia que las ondas cerebrales de los seres humanos: a 7,8 Hertz (ciclos por segundo, con cierta variabilidad)*. Pero este nivel ha aumentado a más de 12 Hertz desde 1980 hasta hoy. La Tierra había mantenido por miles de años el nivel de 7.8 Hertz., en término medio. ¿El aumento de la resonancia Schumann tiene relación con los millones de ondas de radio, televisión, comunicaciones en general, que la tecnología del



hombre está produciendo? ¿Esta invasión electromagnética está alterando la salud humana y también el pulso de la Tierra? Las altas frecuencias no solo favorecen el estrés, la fatiga, la disminución o pérdida de memoria, la depresión y los trastornos del sueño, sino que aceleran el desarrollo de enfermedades como el cáncer. La llegada inminente de las redes 5G, además de alteraciones en la salud de las personas y animales, produce cambios climáticos de la Tierra, y no está siendo considerado por los gobiernos en la legislación y su regulación. El Instituto Ramazzini en Boloña y otros en Francia, Comisión europea (MovbiKind), han hecho serios estudios sobre el teléfono móvil y la salud, especialmente en el cáncer cerebral, las cataratas, los trastornos del oído, etc. En el año 2015, 3 mil médicos (declaración de Friburgo) firmaron una petición en la que piden el “cese de la expansión de la tecnología inalámbrica” por el daño que estaba produciendo a la salud humana.

La pregunta ahora es: ¿El cambio de la resonancia de la Tierra produce las alteraciones en la salud? ¿O al revés, es la invasión electromagnética desatada por las tecnologías del hombre que está alterando la resonancia de la Tierra?

El Planeta se puede regenerar mucho más rápidamente de lo que creíamos, si la especie humana desapareciera, o disminuyera a cantidades razonables y equivalentes como el resto de los animales en relación a sus hábitats, equilibrando su especie con los mecanismos que la naturaleza siempre tuvo para su control: desastres naturales (incendios, terremotos, tsunamis, enfermedades depredadoras mayores, etc.)

La polución es el otro gran daño que la humanidad de 7 mil millones de habitantes le está haciendo a la Tierra. En los 200 años de revolución industrial el dióxido de carbono ha aumentado en la atmósfera en una cifra de 25% (5,5 miles de millones de toneladas de carbono cada año). Mares y ríos, se han visto saturadas de desechos y basura. Además, están la extracción minera, uso de pesticidas en agricultura, la industrialización excesiva, la quema de los combustibles y la deforestación: en verdad, muchos daños a la vez.

En los primeros momentos de la pandemia, todos los países detuvieron su actividad humana: el “todo el mundo en sus casas”, ha sido como un test para saber qué pasaría si el hombre no hiciera todo lo que he descrito. Este “test” habría costado muchos millones de dólares, imposible de coordinar y vigilar, ninguna empresa lo habría aceptado ni menos cumplido, si algún científico hubiera propuesto parar todo por una semana para estudiar *in situ* cual es el nivel real de daño. El coronavirus lo ha conseguido gratis, sin que nadie pueda lucrar con la iniciativa. ¡Extraordinario! Ojalá los ambientalistas y científicos de todas las ciencias que se dedican al estudio de la Tierra puedan aprovechar este acontecimiento que se nos ha dado “gratuitamente”, para dimensionar la magnitud del daño que estamos produciendo y con esta valiosa información trazar los nuevos planes de la humanidad, que las grandes empresas rechazarían seguramente.

En el 2001 un grupo de científicos del más alto nivel, perteneciendo a cuatro grandes programas de interés global, hicieron una declaración que reza así: “*La Tierra funciona como un sistema único y autorregulado, formado por componentes físico, químicos, biológicos y humanos. Las interacciones y los flujos de información entre las partes son complejos y exhiben una gran variabilidad en sus múltiples escalas temporales y espaciales. La pandemia ha venido a alterar más aún el desequilibrio que los humanos están llevando a cabo irracionalmente. Obviamente la Tierra lo capta y responde. Pero, convengamos que la actual situación de pandemia –y sólo en este sentido lo comentamos– ha sido “bien hechora, porque le hemos dado a la Tierra un descanso impensado”.* Esperamos que los científicos de todas las áreas, físicos, astrónomos, bioquímicos, geólogos, climatólogos, etc. estudien las variaciones que en estos meses y años ya de pandemia se está produciendo en sus áreas científicas, y publiquen próximamente conclusiones que nos orienten con relación a cómo la Tierra estaría mejor equilibrada si nosotros –homo sapiens– no la desequilibráramos con los 7 mil millones de habitantes en plena actividad destructora.

La Tierra en los últimos 150 años resintió la mayor alteración debido a dos factores





“...entonces podemos pensar, razonablemente, que el homo sapiens se ha comportado en el planeta Tierra como un virus patógeno para los animales que la pueblan.”


fundamentales: el incremento poblacional y la modalidad de desarrollo adoptado, altamente necesitada alimentación y también energía en todas sus formas.

La civilización actual como la conocemos está interesada en los beneficios económicos de la explotación y no tiene respeto a la ecología, el clima y la mantención de la belleza de la naturaleza. Salvo algunas tribus aborígenes que pueblan lugares remotos y que mantienen una relación armónica con la “Pachamama” –madre tierra. En estas circunstancias pareciera que la pandemia no es una casualidad, un azar venido “porque sí”. Todo se relaciona, alguien nos está mandando una señal.

Lo **único positivo sería que esta** dramática experiencia del coronavirus produzca reales cambios en nuestra relación con la naturaleza y con el planeta Tierra en última instancia. El aumento de la población a más de 7 mil millones y con todas las exigencias que ello demanda en requerimientos de energía, agua, alimentos (y la masa animal y agrícola que ello significa), más otras fáciles de imaginar, tendrá que tener una solución que la Tierra, como ente vivo, nos está empezando a comunicar –¿o exigir?– con esta pandemia y las otras que vendrán.

Desde la O.M.S. Tedros Adhanom Gebreyesus, su director general, pide a los líderes mundiales que no politicen esta pandemia porque significará más “bolsas de cadáveres”.

Si partimos de la base que los virus son patógenos que dañan y enferman a los seres biológicos, entonces podemos pensar, razonablemente, que el homo sapiens se ha comportado en el planeta Tierra como un virus patógeno para los animales que la pueblan. Hemos invadido los lugares donde animales han vivido por miles y tal vez millones de años, no para compartir con ellos sino para eliminarlos y gozar de la totalidad de los recursos alimenticios que allí hubiere. Además, la ocupación de los hombres tiene la característica de cambiar el entorno ecológico, cosa que no ocurre con el resto de los animales, salvo excepciones como los castores que para poder hacer sus madrigueras talan árboles y hacen represas destruyendo y modificando el ecosistema. El hombre lo hace peor, tala árboles, mata la maleza –según definición propia y discutible–, remueve la tierra, la cubre con cemento, hace hoyos y túneles, contamina el cielo, bota miles de toneladas de basura tóxica que mata a otros seres vivos, elimina la fauna que a su parecer “daña a las personas”. ¡Qué tremendo “virus” es el hombre!

Sin embargo, la Tierra no agoniza ni muere: evoluciona simplemente a niveles distintos, que eventualmente podrían ser perjudiciales para la vida del homo sapiens-sapiens, pero a ella eso no le importa, porque tiene una misión con el Universo y probablemente no nos considera ni le interesamos. 

Los adultos mayores y digitalización ¿integrados o aislados?



Por Patricio Hernández Nawrath*

Durante los primeros días de septiembre se dio a conocer la **“Radiografía Digital de Personas Mayores: Seniors Tech”** desarrollada por la Fundación VTR y Critería que entregó resultados auspiciosos en materia de digitalización en la población entre 60 y 80 años.

Fue precisamente la pandemia del COVID 19 y las restricciones de movilidad y reunión las que obligaron a este grupo etario a adoptar la tecnología y comenzar a usar Internet para poder, en cierta medida, sentirse más activos y funcionales.

* Periodista titulado de la Universidad Nacional Andrés Bello.
Diplomado en Multimedios Interactivos Pontificia Universidad Católica de Chile.
Consultor Tecnologías de la Información y Comunicaciones (TICs)



Del estudio se desprende que para el 92% de los encuestados Internet tiene un impacto positivo, que es útil en su día a día además de ser una fuente de recreación y que les permite realizar trámites en línea sin salir de casa. Adicionalmente, durante la larga pandemia un 40% de la población adulta mayor se vio obligada a aprender a interactuar con dispositivos inteligentes, mientras que un 8% se declaró limitado en sus actividades y rutinas diarias por no saber usar la plataforma digital.

Según precisó el director Nacional del Servicio Nacional del Adulto Mayor (SENAMA), Octavio Vergara, en el portal web oficial de este organismo, “este es un estudio sumamente relevante porque nos permite comprender de mejor forma cómo las personas mayores acceden a la tecnología, acceden a Internet. Además, contribuye a derribar los mitos sobre el uso de la tecnología, ya que muestra que no son solo los jóvenes los que se han conectado a través de diversas redes sociales durante la pandemia, sino también las personas mayores. Cerca del 40% de las personas mayores declara que ha tenido que aprender a usar las nuevas tecnologías y como servicio hemos

visto este proceso, donde el uso de Facebook, WhatsApp y YouTube son las más utilizadas por las personas mayores actualmente para conectarse”.

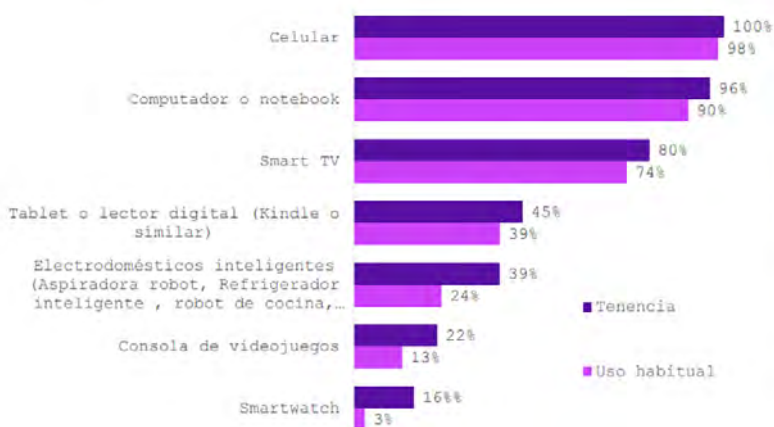
Una de las conclusiones que puede obtenerse de este estudio es que los adultos mayores si pueden digitalizarse y no deben ser vistos como aislados de las tecnologías de la información.

En esa línea, el Subsecretario de Telecomunicaciones, Francisco Moreno, señaló en el mismo portal que “este estudio nos trae buenas noticias y nos muestra que nuestros adultos mayores son actores digitales que pueden usar dispositivos sin mayores inconvenientes. Es relevante que continuemos capacitándolos para que puedan obtener el mejor provecho de las nuevas tecnologías, adelantándonos a lo que será el despliegue de 5G en Chile durante los próximos meses”.

Este estudio también entrega datos respecto a los dispositivos utilizados por los adultos mayores, siendo el smartphone el más manipulado, seguido del notebook o computador de escritorio y a continuación el Smart TV.

Celular, computador y Smart TV son los aparatos más utilizados. Destaca un 13% que tiene y usa su consola de videojuegos (sobre todo hombres).

Base: total muestra (680 casos)



Uso habitual						
Hombre	Mujer	60 a 69 años	70 a 80 años	ABC1	C2	C3
98%	98%	100%	96%	99%	99%	97%
94%	86%	87%	95%	96%	94%	85%
76%	71%	74%	72%	82%	77%	68%
40%	39%	43%	34%	52%	42%	32%
26%	21%	21%	28%	33%	24%	19%
16%	7%	14%	11%	15%	15%	11%
6%	1%	4%	1%	5%	3%	2%

P12. ¿Cuáles de estos aparatos tienes en tu hogar, aunque no sean tuyos exclusivamente? RESPUESTA MÚLTIPLE

P13. ¿Cuáles de ellos usas habitualmente? RESPUESTA MÚLTIPLE



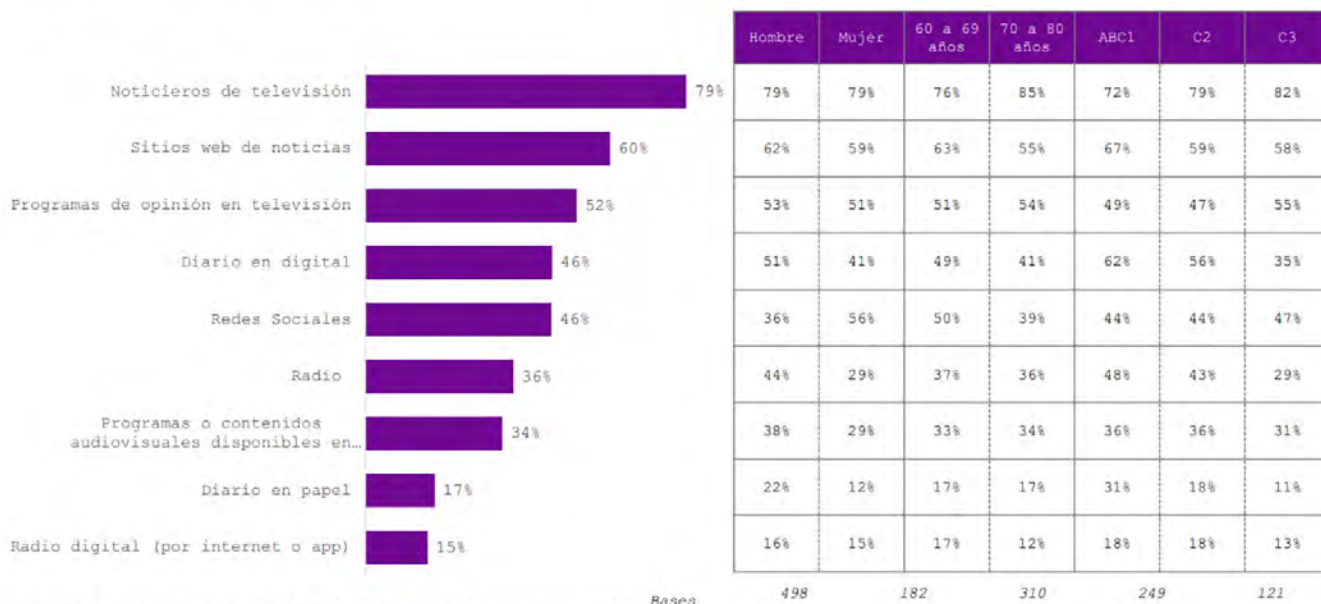
Otro antecedente importante se relaciona con el consumo de información noticiosa. Para este grupo etario, los noticieros de TV siguen siendo la mayor fuente de información. Sin embargo, los sitios web de noticias se han posicionado en un

interesante segundo lugar, desplazando a medios tradicionales como las radios y diario en papel (este último seguramente ha visto disminuida su circulación debido a la pandemia y al avance de los medios digitales).

Los noticieros de TV siguen siendo la mayor fuente de información para este segmento, seguido de los sitios web de noticias y los programas de opinión.



Base: total muestra (680 casos)



P8. ¿A través de qué medios te has informado en los últimos 6 meses? RESPUESTA MÚLTIPLE

Un 40% reconoce que gracias a la pandemia ha tenido que aprender a usar aparatos tecnológicos inteligentes, pero apenas un 8% de los

encuestados se sintió limitado en sus actividades debido a no saber usar internet. 2/2

Base: total muestra (680 casos)



P6. ¿Cuán de acuerdo estás con las siguientes afirmaciones?





Derribando Mitos

Según precisó Octavio Vergara, Director Nacional del Senama, uno de los principales problemas en la inserción de los adultos mayores corresponde a nuestra sociedad, la que, a su juicio, tiene una imagen sesgada hacia esta población mayor.

“Un estudio realizado con la Universidad de Chile de 2019, decía que las personas menores de 60 años creían que cerca del 70% de los adultos mayores tenían algún nivel de dependencia, y la verdad es que hoy en día es solo el 14%. Esto nos demuestra que existe una imagen equivocada, que no tiene relación con lo que las personas mayores viven hoy en día, y lamentablemente se sigue tratando a las personas mayores así”, señaló en publicación del diario electrónico de La Tercera.

En conversación con la edición “Las Preguntas que vienen” del ciclo online de Pulso.cl, el máximo ejecutivo de SENAMA recalcó que es determinante cambiar la mirada que se tiene hacia este grupo etario.

“Hay que entender que es una responsabilidad de cada uno de nosotros, estamos todos convocados a hacer este cambio. A nosotros, las personas mayores nos transmiten que la sociedad, a través de micro acciones, los están excluyendo constantemente y eso tiene una repercusión tremenda en como la persona se auto percibe y como envejece. El desafío que tenemos no es solo vivir más años, sino que estos años sean vividos de buena forma y en eso el trato que la sociedad tiene hacia las personas mayores es clave”, explicó.

DEPA

Hace poco más de un mes, específicamente el martes 3 de agosto, el Pleno del Senado de Chile aprobó por 30 votos favorables, 7 abstenciones y ningún voto en contra el Acuerdo de Asociación de Economía Digital (DEPA por sus siglas en inglés). El proyecto de ley quedó listo para su promulgación y con ello Chile podrá poner en vigor el acuerdo, y unirse a sus socios, Nueva Zelanda y Singapur.

El DEPA permitirá a Chile, mediante la colaboración tripartita, su inserción integral y efectiva en las tendencias internacionales de digitalización de la economía, lo que permitirá que las personas y empresas puedan operar de forma segura en la economía digital. Sin embargo, en la discusión parlamentaria también se reflejaron los déficits que aún tiene el país respecto a su proceso de digitalización e inclusión en materia digital.

Según precisaron Javiera Cáceres y Felipe Muñoz, del Instituto de Estudios Internacionales de la Universidad en Chile, en una publicación del diario electrónico de esta casa de estudios Singapur, Nueva Zelanda y Chile “estas tres economías comparten la característica de ser pequeñas”.

“En su proceso de negociación tuvo una activa participación de organizaciones de la sociedad civil a través de instancias de diálogo con el gobierno. Su firma, en plena primera ola de la pandemia en junio de 2020 fue simbólica, pues no solo se realizó de forma telemática, sino también en un momento en el que la digitalización de procesos económicos, productivos y sociales era



“quedarse hoy fuera de la digitalización para las personas mayores, significa de alguna manera quedarse fuera de la vida como es de hoy para adelante.”

Ximena Abogabir Scott, cofundadora de Travesía 100

una obligación. Fue durante estos meses que nos volcamos al video llamadas para contactarnos con familiares y amistades o al streaming para el ocio; se masificó el teletrabajo, y actividades como la educación o las compras migraron a plataformas en línea. Sin embargo, al mismo tiempo nos dábamos cuenta de que muchas personas estaban quedando atrás, ya sea por la calidad de sus conexiones, por la disponibilidad de dispositivos para conectarse, espacios físicos para realizar estas actividades o analfabetismo digital. Entre los grupos más golpeados destacan la población rural; adultos mayores; y población vulnerable y bajo la línea de la pobreza”, precisaron los académicos de la Universidad de Chile al Diario Electrónico de la Universidad de Chile.

La clave de la inclusión

Adultos mayores más confiados, motivados y autónomos en el uso de tecnologías es el resultado del proyecto “Aprendizaje basado en empatías: nueva estrategia intergeneracional de alfabetización digital para personas mayores”, que lidera Facultad de Ciencias Biológicas de la Universidad de Concepción, a cargo de la Dra. Jacqueline Sepúlveda, con apoyo de SENAMA.


El estudio realizado entre agosto y noviembre del año pasado con adultos entre 60 y 89 años de Concepción, Talcahuano, Hualpén, Chiguayante y Cañete contó con el entrenamiento de tecnologías vinculadas a smartphones.

Esta iniciativa surgida a través de un proyecto FONDEF dejó en evidencia que las principales dificultades están en la alfabetización.

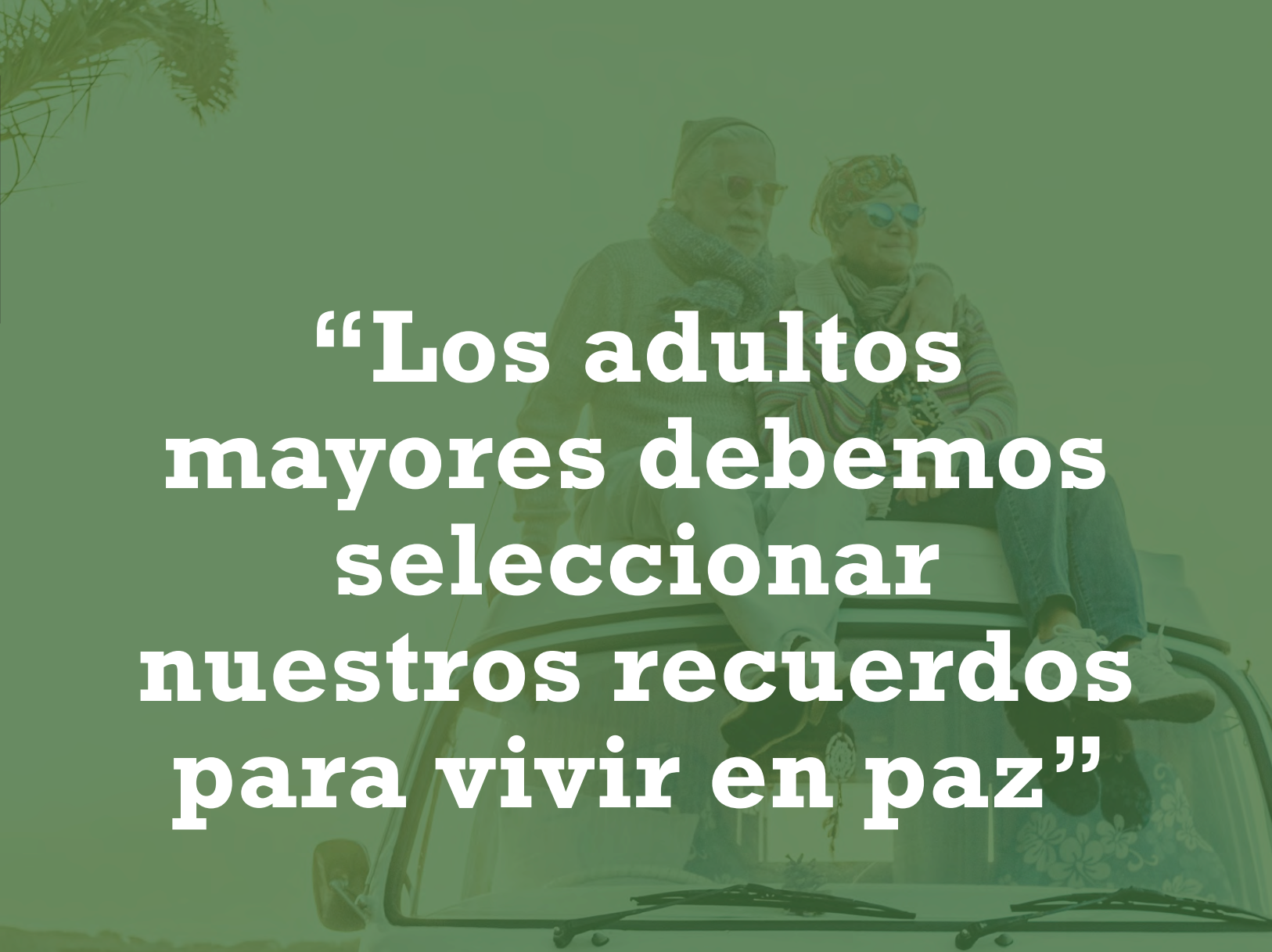
“La alfabetización digital va a ser un indicador de inclusión social. Hablamos del país digital, el hospital digital y queremos que ojalá todo avance en las tecnologías, pero no estamos dando los suficientes recursos para que las personas mayores se incluyan en este cambio fabuloso que es la transformación digital”, expresó la Dra. Sepúlveda en el sitio web de la Universidad de Concepción.

La misma casa de estudios realizó en mayo de este año la ceremonia de finalización del proyecto “Alfabetización digital para personas mayores: programa psicoeducativo, transmedial e intergeneracional basado en empatía” ocasión en la que Isis Chamblás García, docente del Departamento de Trabajo Social de la Universidad de Concepción y una de las encargadas del proyecto precisó que entre los objetivos del proyecto estaba “generar una estrategia para mejorar la autonomía y la calidad de vida de las personas mayores a través de la lograr la alfabetización digital”.

En dicha ceremonia de clausura, la periodista Ximena Abogabir Scott, cofundadora de Travesía 100, empresa B cuyo propósito es mejorar la calidad de vida de las personas mayores, manifestó que “quedarse hoy fuera de la digitalización para las personas mayores, significa de alguna manera quedarse fuera de la vida como es de hoy para adelante”.

Finalmente la comunicadora precisó en la clausura del evento que es fundamental “intentar incidir en las políticas públicas de modo de posibilitar que las personas puedan vivir plenamente todas las distintas etapas de su vida; difundir en medios de comunicación casos inspiradores que cambien la mirada asistencialista; y empoderar a las personas mayores para avanzar hacia un envejecimiento pleno, entre otras cosas, apoyando la alfabetización digital”. 





**“Los adultos
mayores debemos
seleccionar
nuestros recuerdos
para vivir en paz”**



Entrevista al médico neurocirujano
Lientur Taha Moretti

Médico neurocirujano, coordinador de Neurocirugía de Clínica Indisa, miembro del Comité Ético-Científico del área Oriente y presidente de la Sociedad de Neurología, Psiquiatría y Neurocirugía de Chile.



¿Se comprende mejor la vida a partir de la edad madura?

La vida se entenderá mejor en la medida que la persona sea capaz de recordar su historia, la que le enseñó no solo la experiencia adquirida, sino también la cautela para no volver a cometer los mismos errores. Es por eso que el término “edad madura” hace referencia a la adquisición de mayor conocimiento y mayor equilibrio entre la razón y la emoción para así lograr una estabilidad ecuánime entre el pensamiento y la acción. Así, entonces, si la persona ha aprendido de los errores propios y del prójimo y ha tomado conciencia de ellos, internalizándolos a lo largo de su vida, podríamos decir que la vida sí se comprende mejor a la edad madura

Desde su experiencia y práctica profesional, ¿cuáles son los mitos y prejuicios más comunes en torno de las personas mayores?

Habitualmente se dice que la persona mayor es lenta para actuar y pensar, lo que no es compatible con la rapidez con que el mundo se desarrolla en los tiempos actuales y, por ende, ha de dejar paso a los más jóvenes.

Pienso que eso es una evaluación superficial de la realidad, ya que cuando una persona ha vivido más y adquiere mayor experiencia, tanto su conducta como su pensamiento se ponen más cautos y precavidos de no caer en errores que su historia le enseñó, como así también la historia de otras personas y del mundo entero. Esto refuerza el dicho que reza: quien no conoce la historia está condenado a cometer los mismos errores. Tanto es así que nosotros mismos, muchas veces hemos soñado despiertos pensando cuánto nos habría gustado volver a nuestro pasado con las experiencias actuales para haber tomado mejores decisiones.

A la juventud le cuesta entender esto, pues son más impulsivos en su actuar, pero después de varios tropiezos siempre terminan diciendo que los viejos tenían razón.

El otro prejuicio que existe se refiere a la poca utilidad práctica que tienen los mayores de edad. En

nuestra sociedad actual –que sólo busca los resultados inmediatos dando mayor importancia a lo útil, a lo eficaz, en donde la competencia y la producción es lo más importante, haciendo de ello una forma de vivir, despreciando y desechando a los que no se enmarcan en esas condiciones– los adultos mayores son considerados poco productivos. Sin embargo, sabemos que cada individuo será útil en mayor o en menor grado, según la actividad que desarrolle, independiente de la edad que tenga, sólo se requiere que a esa persona se le dé la oportunidad de participar y trabajar en aquella actividad en la que sea más competente.

¿Cuáles son las representaciones actuales de la vejez? ¿Qué dicen de la evolución de nuestra sociedad?

Los descubrimientos científicos y el progreso de la medicina han podido curar muchas enfermedades que antes no tenían mejoría. Esto ha reducido la mortalidad y aumentado la longevidad de las personas, pero ha traído como consecuencia la presencia de una mayor cantidad de seres humanos en etapa de envejecimiento.

Sin embargo, este envejecimiento ha generado una discriminación hacia estas personas por el hecho de acumular más años, creándose un prejuicio hacia ellos. Esa representación social sobre los adultos mayores se basa en la propia negación de cada persona al fenómeno de envejecimiento, lo cual lo asocian a enfermedad o debilidad tanto física como mental, para así negar o no querer ver su propio envejecimiento.

A través de investigaciones realizadas a personas de distintas edades y culturas, con el fin de observar la imagen social que se tiene sobre la vejez, se llegó a las siguientes conclusiones:

1. Mientras más primitiva sea la sociedad, existe una mayor actitud positiva hacia las personas mayores.
2. Las personas más jóvenes tienden a tener una imagen más negativa sobre los más viejos.
3. La importancia de las personas es mayor mientras mayor sea la población vieja.



“ *Es importante recordar los logros, ya que son los modelos para seguir viviendo y avanzar en el progreso. También es importante aprender de los errores propios o de otros para no repetirlos.* ”

En la sociedad actual, con el desarrollo industrial, donde la productividad de las personas es lo más valorado, se considera que si una persona deja de producir quiere decir que ha entrado en la vejez. Esto puede ocurrir cuando la persona adquiere la jubilación, como también cuando las mujeres biológicamente llegan a la menopausia y dejan de tener hijos.

Erradicar estos prejuicios es una tarea propia de la educación de la población, ya que requiere entregar, a las personas de la tercera edad medidas económicas, sanitarias y sociales, y también demostrar con la educación de la población que esa etapa de la vida es una etapa de mayor capacidad dialógica, creativa y de sabiduría que debe ser aprovechada para el progreso.

Todos los seres humanos cambiamos a lo largo de nuestras vidas y hemos de adaptarnos a los diferentes roles sociales que nos corresponde según nuestra edad, por ende, hemos de adaptarnos a cada una de las etapas que nos depara la vida. Si ello es así, entonces debemos respetar a todas las personas en sus distintas fases de su vida.

¿Piensa usted que nuestra cultura “subvalora” la experiencia ya vivida? ¿A qué lo atribuye?

Se tiende a pensar que la experiencia adquirida sirvió para épocas pasadas y que no serían útiles en la realidad actual. Sin embargo, es necesario tener presente que la experiencia pasada no pretende repetir los mismos hechos ocurridos antaño, pues no podemos volver al pasado, sino que hemos de rescatar de la experiencia el cómo corregir los patrones de conducta, los prejuicios, los modelos de trabajo en una sociedad, para no caer en los mismos errores.

El ser humano es más que una máquina de producción, ya que tiene la capacidad de pensar libremente y sentir emociones, adquirir conocimientos y experiencia, lo cual le da la gran capacidad de crear y es a ello que debemos el progreso de toda la humanidad.

Aquellas sociedades o instituciones que coartan el libre pensamiento nunca serán creativas, sino que quedarán estancadas sin progreso. Por ende, si seguimos pensando sólo en la utilidad práctica de las personas repitiendo los mismos errores, estaremos estancados y no habrá progreso.

Este fenómeno es debido a una falta de educación de la población que hoy más que nunca se requiere corregir. Es relevante aprender de la historia, de las distintas formas de pensar (filosofía), de las formas de comunicación, etc.

¿Es positivo examinar, en la vejez, las emociones del pasado? ¿Qué emociones experimentadas deberíamos seleccionar en nuestros recuerdos?

Cuando se tiene el respaldo de experiencias vividas, analizar el pasado nos permite reconciliarnos con nuestro prójimo y con nosotros mismos ya sea por errores cometidos o por logros adquiridos. Es importante recordar los logros, ya que son los modelos para seguir viviendo y avanzar en el progreso. También es importante aprender de los errores propios o de otros para no repetirlos, bajo el marco de principios y valores universales. Sin embargo, cuando el cúmulo de recuerdos amenaza nuestra salud mental, es más importante saber olvidar que recordar, pues cuando ello no ocurre, la persona queda paralizada en un pasado estéril que no le permite avanzar ni menos progresar y que lo destruye inexorablemente. En otras palabras, deberíamos seleccionar en nuestros





“...el amor en la adultez es más inteligente ya que busca la compatibilidad de ambos individuos, en donde ninguno se subordina al otro, como habitualmente ocurre en la juventud, sino que se aprende a conocer al otro sin subordinaciones y a tolerarse mutuamente.”

recuerdos aquellas emociones positivas que nos permitieron ser felices a lo largo de la vida para así llegar al término de ésta en paz.

¿Es importante la edad en el amor? ¿Se experimenta placer en la vejez? ¿Puede haber romance en la edad madura?

El amor es un sentimiento imposible de describir en palabras, pero todos los que lo han sentido lo recuerdan como un estado de bienestar y placer que lo aproxima a la felicidad. Este sentimiento varía en cada etapa de nuestras vidas; es así entonces que en la juventud es más apasionado y menos racional, lo cual lo hace más vulnerable al riesgo de cometer errores y dejar grandes heridas en los sentimientos. Generalmente prima el atractivo físico despreciando los caracteres de personalidad, sin considerar que el primero desaparecerá con el tiempo y prevalecerá lo segundo.

Con la experiencia adquirida, a través de los años y las vivencias experimentadas, el amor en la adultez es más inteligente ya que busca la compatibilidad de ambos individuos, en donde ninguno se subordina al otro, como habitualmente ocurre en la juventud, sino que se aprende a conocer al otro sin subordinaciones y a tolerarse

mutuamente. Generalmente el aspecto físico pasa a segundo plano, dándole paso a la personalidad, la emocionalidad y a la comunicación con el otro. Sabemos que no somos perfectos y que tenemos debilidades; es por ello que en la búsqueda de la pareja generalmente se busca complementar, a través del otro, aquella parte que nos falta. De allí el dicho: los polos opuestos se atraen. Para ello se requiere que el amor sea más racional y no sólo emocional, lo cual tiene más probabilidades de éxito en la edad madura.

El placer o estado de bienestar puede ser físico como también psíquico; cuando prima lo físico ese placer será breve pero cuando se complementa con lo psíquico ese placer será más duradero y profundo. Se espera que con la vejez la persona haya adquirido la experiencia y la sabiduría para saber combinar ambas posibilidades ya que, en el caso contrario, solo cosechará frustraciones.

En el contexto de la redacción de una nueva Constitución –y en la perspectiva de construcción de una política pública sobre la calidad de vida de las personas mayores– ¿qué esfuerzos se deben hacer en el corto y largo plazo?



El adulto mayor es una persona con los mismos derechos que el que nace o es más joven y, por ende, merece el mismo respeto, consideración y oportunidades que cualquier otro. Es por ello que, en el contexto de una nueva Constitución, ello debe estar claramente garantizado partiendo por los derechos internacionales.

- El derecho a la Igualdad
- El derecho a la no discriminación
- El derecho al consentimiento libre e informado en el ámbito de la salud
- El derecho a la seguridad social
- El derecho a la vida sin violencia
- El derecho a una seguridad económica
- El derecho a una participación social
- El derecho a la cultura

Así como el niño es el futuro y la esperanza de una sociedad, el adulto es el fruto de la experiencia y conocimiento de esta y ambos tienen los mismos derechos.

Pienso que, a corto plazo, se debe garantizar al adulto mayor una estabilidad económica, estabilidad de su salud física y mental como también la oportunidad de participar en actividades tanto laborales como de descanso según sus deseos.

¿A qué tienen derecho los ancianos en una sociedad democrática y justa y cómo se pueden garantizar?

La Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las personas mayores, suscrita por nuestro país el 15 de junio del 2015, coloca a las personas mayores en una nueva categoría: la de sujeto de Derecho Humano.

Se establece claramente los derechos que la persona mayor tiene:

1. El derecho a la vida y a la continuidad de esta;
2. El derecho a la dignidad en la vejez;

3. El derecho a la independencia y autonomía;
4. El derecho a los cuidados a largo plazo; y
5. Fortalece los derechos internacionales a los que ya me he referido

El poder de esta convención obliga jurídicamente a los países a cumplir estas normas, obligando a los Estados a dar prioridad a los temas de envejecimiento, como también los obliga para que hagan todos los ajustes legislativos, administrativos, judiciales y presupuestales para que se cumplan los derechos de las personas mayores. A su vez la CEPAL en el año 2017 va más allá del respeto y la protección de los derechos, exigiéndole a los Estados que, además, los garantice y los promueva.

¿Qué mensaje final sobre este tema de la vejez le gustaría entregar a nuestros lectores?

Como seres humanos debemos asumir responsablemente nuestra evolución en cada una de las etapas de nuestras vidas y, así como aprendimos a ser niños, también debemos aprender a ser adultos y además debemos aprender a ser adultos mayores.

Es nuestra responsabilidad conocernos y aceptarnos como somos y como seremos sin resistirnos a los cambios, adaptándonos a ellos y viéndolos como una nueva oportunidad.

No sólo debemos tolerarnos a nosotros mismos en este cambio, sino que también en nuestro prójimo, pues ellos son lo que fuimos y también lo que seremos.

Resistirnos al cambio, no tolerar el cambio en otros nos llevará a frustraciones y angustias.

El adaptarnos a los cambios, en el marco de la tolerancia, es el único camino para ser felices y disfrutar el paso por esta vida.

Entrevistó: Equipo editorial de Iniciativa Laicista. 



Problemas hasta ahora surgidos en las discusiones de la convención constituyente



Por Rubén Farías Chacón*

Desde hace ya dos meses la Convención Constituyente inició oficialmente sus actividades. La misión de sus integrantes sigue siendo muy definida: redactar un texto constitucional que contenga la nueva visión organizativa que la República requiere para los tiempos que vivimos y su devenir. De este modo, su ordenamiento estructural debe responder a nuevos criterios acordes a las exigencias de un tiempo como

nunca hasta ahora conocido, incierto, dinámico y cambiante.

Pese al escaso tiempo transcurrido, los trabajos se han llevado a efecto con bastantes grados de dificultades que, por cierto, no habían sido considerados. Los obstáculos surgidos en un comienzo en la Convención, tanto como consecuencia de las responsabilidades del gobierno en

* Profesor de Estado en Historia, Geografía y Ciencias Sociales de la Universidad Católica de Valparaíso; Licenciado en Filosofía y Educación, UCV. Doctor en Geografía Aplicada por la Universidad de Alta Bretaña, Rennes-Francia



“...es obvio, que el buen criterio indica que es indispensable llegar a acuerdos mínimos necesarios imparcialmente razonables y justos.”

cuanto su gestión administrativa de recursos asignados a la Convención, como de las disparidades de opiniones que los mismos constituyentes exponían, revelaban realidades psico-socio-culturales diferentes que generaban condiciones de difícil convivencia, aunque superables si se piensa en el bien superior de la misión que los constituyentes aceptaron.

Estos hechos y muchos otros conocidos, han marcado un sello bastante curioso para tratar de entender la dinámica de sus reuniones, porque, ¿acaso no da la impresión de estar presenciando una reiteración de las habituales controversias políticas que externa y cotidianamente se conocen en temáticas que son muy delicadas de analizar, pero cuyas interpretaciones –aunque se las presente de manera fundada– parecieran, sin embargo, disociadas del sentido que deben tener para formar parte del texto constitucional?

¿Por qué una cultura de diálogo permanentemente sostenida por muchos constituyentes, recibe como respuesta argumentos que, partiendo de lo personal, incluso de la descalificación, le atribuye a lo ideológico, representado por cada cual, la causa que impide de algún modo que el diálogo no prospere?

Quien haya seguido asiduamente las sesiones, las intervenciones y las controversias ocurridas, comprenderá que, en algunas ocasiones, la relación valórica interpersonal pasa del conocimiento del expositor a ser un motivo de discordia con el auditor, simplemente, porque representan distintas formas de pensar.

Lo que sí ha sido significativo, es la diferencia valórica de las intervenciones entre quienes postulan cambios con visión de futuro y las transformaciones que efectivamente se requieren y

aquellos que añoran el pasado, no queriendo entender, no pudiendo entender o, simplemente, no entendiendo que una comunidad prospera cuando el pasado se constituye en una valiosa reseña de experiencias, estudios e investigaciones, pero no como la base para reconfigurar un presente cuya instantaneidad se confunde con la aspiración de un futuro que, sin darnos cuenta, surge y pasa a formar parte del propio presente que cada cual vive.

También se ha destacado bastante, la ausencia de interesantes fundamentos ideológicos cuando se trata de interpretar asuntos relacionados directamente con los problemas sociales. Al respecto, ¿por qué interpretar que todo lo relativo a la igualdad, a la importancia del Estado, a la educación y la salud pública, al problema del agua, entre otros y que son, además, derechos sociales fundamentales, provendrían siempre de una visión marxista, lo que causaría en consecuencia, la instauración del comunismo o, por el contrario, cuando se trata de las mismas temáticas pero cuyas explicaciones se orientan a través de una visión conservadora representada por un neoliberalismo a ultranza que las considera y apoya, no como derechos sociales, sino como bienes de consumo enriqueciendo a uno y empobreciendo a otros? ¿Dónde se encuentra el punto de equilibrio en estos planteamientos: en las supuestas verdades de los grupos que los defienden o en el reconocimiento de los problemas que deben solucionarse? Si se coincide con que esto último es realmente lo importante, entonces, es obvio, que el buen criterio indica que es indispensable llegar a acuerdos mínimos necesarios imparcialmente razonables y justos.

Es obvio, que estas consultas tienen respuestas válidas en el ámbito ideológico de quienes las sustentan, pero el problema es, ¿por qué, sin





“ En un Estado laico, la base de los cambios y de la institucionalidad que se establezca, responderá siempre al reconocimiento de las diversidades existentes y a las necesidades de transformaciones culturales que nacen a través de las circunstancias de su propio tiempo ”


embargo, en la cotidianeidad de la vida de todo chileno, tales hechos siempre favorecen a algunos y no a todos?; ¿cómo debiera expresarse, en el futuro texto constitucional, la recomendación más conveniente y adecuada frente a tales diferencias?

Otro asunto muy importante también, se refiere a la consideración de Chile como un país laico. Si bien desde el año 1925 esta condición existe, el nuevo texto constitucional debiera atender este principio de un modo mucho más explícito, pues constituye el fundamento valórico de la nueva organización institucional que, al promover el respeto irrestricto a la libertad de pensamiento y de conciencia, permite que la sociedad enriquezca su acervo cultural en el respeto también irrestricto a toda persona y sin discriminación alguna. Desde este punto de vista, no debe confundirse el apego a la tradición –cualquiera que ella sea– y considerarla como una norma en la solución de problemas sin comprender que su legitimidad ya no existe y que es solo un hito del pasado con la posibilidad de estimarla como un valor imperecedero supuestamente legitimado debido a que una mayoría de personas la apoya. Ello es desvirtuar la realidad de todo proceso histórico.

En un Estado laico, la base de los cambios y de la institucionalidad que se establezca, responderá

siempre al reconocimiento de las diversidades existentes y a las necesidades de transformaciones culturales que nacen a través de las circunstancias de su propio tiempo, como por ejemplo: la imparcialidad entre la norma civil y las religiosas; la garantía de respeto y tolerancia a todas las creencias y cultos; el rol del Estado y de las familias en la formación de los hijos, especialmente, cuando debe cautelarse la enseñanza de niños y jóvenes respetando sus etapas naturales de desarrollo psico-socioafectivas y evitando que se les oriente dogmáticamente en los aspectos religiosos y/o políticos, etc.

En fin, al parecer las sorpresas han surgido ante la incapacidad de algunos constituyentes de no poder liberarse de sus visiones ideológicas y proyectarlas en el seno de una reunión nacional de tal trascendencia, que la lógica así aplicada no permite ser originales al momento de discutir lo que verdaderamente el país requiere en su visión de futuro.

Como quedan varios meses de trabajo, es de esperar que de estos inciertos problemas iniciales puedan dar lugar a reacciones más racionales y emocionalmente más efectivas cuando se trate de comprender al otro y no tanto por defender lo propio. 



La Senectud Invasiva



Por Rogelio Rodríguez Muñoz*

Durante un largo pasado en nuestra historia humana, llegar a viejo fue una rareza, la excepción a la norma. En una época tan reciente como 1900 la esperanza de vida no sobrepasaba los 50 años. Y las personas que alcanzaban la vejez –setenta, ochenta o más años– cumplían, en general, un rol de autoridad dentro de su familia. En muchas sociedades, los ancianos no solo inspiraban respeto y obediencia, sino que también dirigían los ritos sagrados y ejercían el poder político.

Hoy, la mirada sobre la vejez ha cambiado. El médico cirujano Atul Gawande ha abordado en su libro **Ser mortal. La medicina y lo que al final importa** (Galaxia Gutenberg, Barcelona, 2015), la experiencia moderna del envejecimiento y la mortalidad. Aunque está convencido de que no ha existido en toda la historia una época mejor que la actual para ser anciano –los avances en ciencias de la salud y en tecnología biomédica han reducido considerablemente la mortalidad, posponiendo cada vez más el momento fatídico de muchas enfermedades y otorgando a las personas una vida más extensa, más sana y productiva que

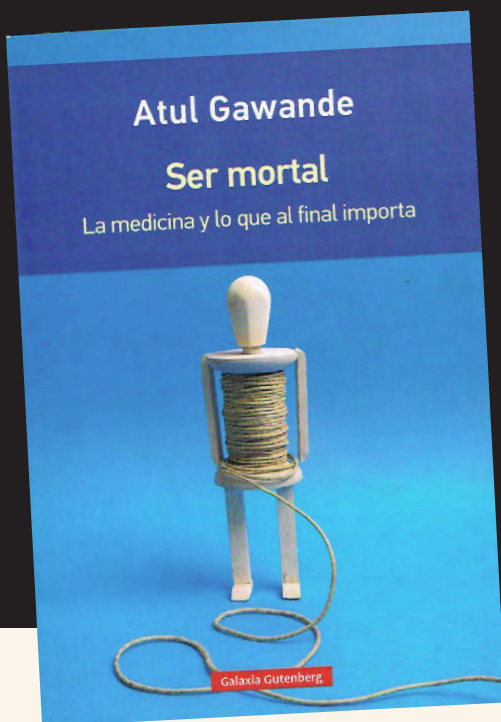
nunca antes–, reconoce que ha mermado considerablemente la dignidad de la vejez.

Esto se debe, ciertamente, a la enorme población longeva con que cuenta nuestro planeta en este siglo, situación para la que la mayoría de las sociedades no están preparadas. Gawande afirma que, habiendo superado nuestro ciclo vital medio, en gran parte del mundo, los ochenta años, “ya somos unos bichos raros que estamos viviendo bastante más de lo que nos corresponde. Cuando estudiamos el envejecimiento, lo que estamos intentado comprender no es tanto un proceso natural sino más bien un proceso antinatural”.

Y, por otro lado, ocurre lo que este autor llama *la veneración del individuo independiente*: la veneración de los mayores ha desaparecido, pero no ha sido sustituida por la veneración de la juventud, sino por la celebración de la persona autónoma, de quien es capaz de vivir una existencia básica sin depender de los demás. Está en la esencia misma del ser humano, el ser autor libre, responsable e independiente de su propia vida. “La lucha de ser mortal –señala Gawande– es la lucha por mantener la integridad de nuestra existencia –por

* Licenciado en Filosofía, U. de Chile. Magister en Educación, U. de Chile. Académico de la USACH, la U. Mayor. y la U. Diego Portales.





“Nuestro autor advierte que no hay suficientes especialistas en geriatría para una población anciana que aumenta rápidamente. Y hace un llamado para impartir cursos de formación en medicina geriátrica no solo en todas las facultades de Medicina, sino también en todas las escuelas de Enfermería y de Trabajo Social.”


evitar vernos tan disminuidos, o tan disipados, o tan sojuzgados, que lo que somos deja de tener relación con quiénes éramos o queremos ser—. La enfermedad y la vejez hacen que esa lucha sea dura ya de por sí”.

También las nuevas tecnologías de comunicación han ido desalojando el monopolio que antiguamente tenían los ancianos sobre el conocimiento y la sabiduría, ya que en muchas comunidades eran los custodios de la tradición, del saber y de la historia. Los nuevos recursos técnicos crean nuevas profesiones y requieren inéditas habilidades, lo que socava el valor de la experiencia. Escribe Gawande: “Antiguamente, lo más probable es que acudiéramos a una persona mayor para que nos explicara el mundo. Ahora lo buscamos en Google, y si tenemos algún problema con el ordenador, le preguntamos a un adolescente”.

El acelerado desarrollo científico, en general, y de la medicina, en particular, ha alterado profundamente el curso de la vida de las personas. Indiscutiblemente, hoy vivimos más y mejor que en cualquier otra época de la historia. Pero, en lo que se refiere a los procesos del envejecer y morir, los avances científicos los han convertido en experiencias médicas, en asuntos que deben ser gestionados por profesionales de la atención sanitaria. Y,

ante esto, Gawande asevera: “Nosotros, los que trabajamos en el mundo de la medicina, hemos demostrado estar alarmantemente mal preparados para esa tarea”.

La senectud, entonces, está asaltando el mundo, ha irrumpido de repente en el planeta y urgen estudios para comprenderla y tratarla como corresponde. No basta con trasladar esta experiencia humana a hospitales y residencias geriátricas. Nuestro autor advierte que no hay suficientes especialistas en geriatría para una población anciana que aumenta rápidamente. Y hace un llamado para impartir cursos de formación en medicina geriátrica no solo en todas las facultades de Medicina, sino también en todas las escuelas de Enfermería y de Trabajo Social.

También aboga por transformar la visión y misión de la medicina. Hasta ahora se ha pensado que consiste en garantizar la salud y la supervivencia. Para Gawande es más que eso: consiste en hacer posible el bienestar. Y escribe: “El bienestar tiene mucho que ver con las razones por las que uno desea estar vivo. Esas razones cuentan no solo al final de la vida, o cuando sobreviene la debilidad, sino a lo largo de toda nuestra existencia”.



Literatura para la contingencia



Por Francisco Aedo Sancristoful*

Historia hay para todo. Pero Literatura también

Seguramente lo ha podido observar, escuchar o leer. Es común, a propósito de los hechos que van aconteciendo a diario en distintas latitudes, comprobar cómo la historia parece repetirse. De cómo el ser humano continúa siendo el único animal que tropieza con la misma piedra, una y otra vez.

Pero no es solo la historia la que nos brinda oportunidades de recuerdo. Y es así como los

diversos sucesos a los cuales asistimos día a día en nuestra vida cotidiana nos traen a colación literatura de la más variada.

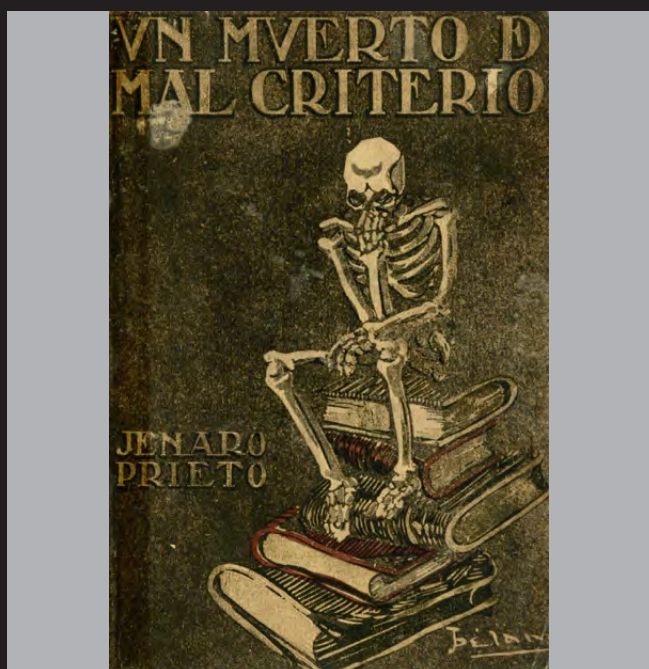
Es en ella que encontramos ejercicios comparativos para las más diversas situaciones que nos ocurren u observamos. Sea desde la ficción o desde la realidad. Desde la historia o del imaginario colectivo de los pueblos, de la mitología, de la leyenda, o de relatos que nos llegan desde los primeros tiempos.

* Periodista de la Universidad Católica, egresado del Magister de Ciencia Política de la misma Casa de Estudios, ha trabajado en El Mercurio, radio Chilena, la Nación Domingo, así como en comunicación estratégica y comunicación política. Socio de Párrafo Comunicación y director de Literando.cl.



Nuestro afán no es hacer, en todo caso, un artículo académico o filosófico de los engranajes mentales que se movilizan en torno a un determinado suceso en la mente humana. No, es solo el ánimo de hacer un par de recomendaciones literarias a propósito de los convulsionados días que hemos tenido, que pueden sacar tanto carcajadas como indignación. Elija usted.

De magistrados celestiales



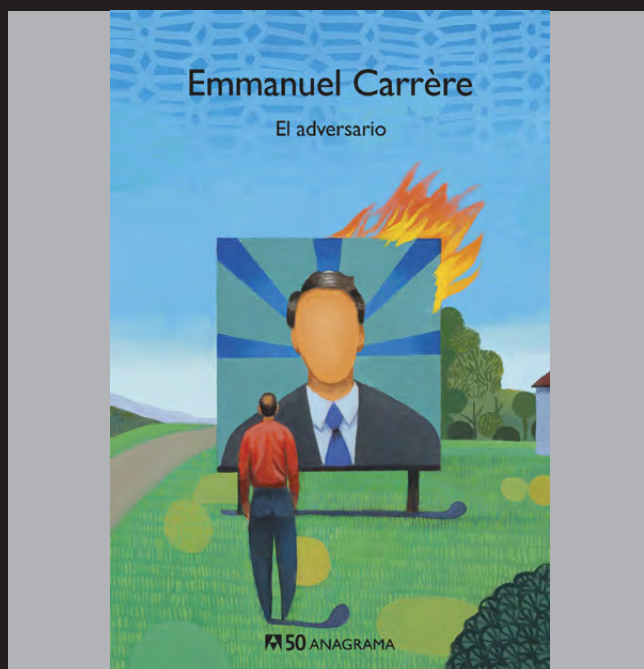
Partamos con un cronista chileno. A cerca de 100 años de su publicación, “Un muerto de mal criterio”, de Jenaro Prieto, recuperó, por cosas del destino y de las malas prácticas en materia política, toda su vigencia.

En esta novela, don Marcelo —un juez fallecido y bien fallecido—, se dedicó, tras saberse muerto, a formular sentencias sobre diversos casos en su despacho celestial. Su mal tino al ejecutar dicha tarea es reflejo fiel de la ironía y la crítica que Prieto realiza al poder judicial de la época en nuestro país, mientras que el ayudante del muerto, Guezalaga, viene a representar el sentido común en plena sociedad de los años 20 del siglo pasado. Prieto —con el sarcasmo que le caracterizaba— había dedicado el libro precisamente, al sentido común.

Por el despacho del juez pasarán diversos personajes. Pero lo que más pasará por su despacho en la novela es la lucha entre el cinismo y la dejación, por un lado; y el sentido común y la justicia, por otro. Suponemos que le puede sonar parecido, pues hace poco tiempo, al igual que el fallecido magistrado de Prieto, los notarios muertos hicieron de las suyas, al recolectarse firmas —pomposamente definidas como “realizadas ante mí”—, para una candidatura presidencial, a través de un notario muerto y por tanto imposibilitado de realizar o testificar este trámite.

La memoria es frágil y corta, aunque los procesos judiciales sean largos. Así que tiene tiempo para leer “Un muerto de mal criterio” antes de que observemos de qué forma termina esta teleserie celestial-electoral. Servirá para entender que hasta el más común de los sentidos puede quedar corto ante la realidad notarial.

Crónicas de la impostura



Pero eso no es todo. Los alegatos contra la impostura aparecen en cuanto medio de comunicación informa y/o debate público se realiza, desde que como sociedad hemos tomado conocimiento de que uno de los integrantes de la ex Lista del Pueblo reconoció ante un matutino no tener cáncer,



después de ser un conocido activista oncológico, organizando incluso bingos y beneficencia para conseguir los dineros que requería para luchar contra su enfermedad, pintándose con spray en su cuerpo las demandas que exigía en medio de los gases lacrimógenos de las protestas en Plaza de la Dignidad.

La cuestión abrió una polémica de proporciones gigantescas que mezcla política, redes sociales, ética y juridicidad, pues el convencional en cuestión era, con anterioridad a la denuncia, uno de los más conocidos e inclusive, uno de los vicepresidentes de la Constituyente.

Y es por este hecho, un verdadero atentado contra la fe pública, que nuevamente saltaron a colación los antecedentes literarios, en este caso sobre la impostura. Acá la lista puede ser más larga y el debate más intenso, porque no falta el que incluye al Quijote en este grupo, cuestión que nos negamos rotundamente a aceptar.

Pero tal vez sí sea el momento de recordar “El Adversario”, de Emmanuel Carrère, escrito sobre Jean-Claude Romand, quien mató –en la vida real– a su mujer, hijos y padres en 1993 para después tratar de suicidarse, errando en el intento. Pero eso no fue todo. Al horror criminal, las investigaciones realizadas con posterioridad a los homicidios cometidos sumaron una realidad que aún asombra: Romand había logrado construirse una vida de mentiras, un verdadero mundo paralelo en el cual era médico, e investigador de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Incapaz de soportar la mentira (soportarla en el sentido de sostenerla), a punto de ser descubierto, decidió terminar con la vida de todos aquellos a los cuales probablemente sería incapaz de enfrentar.

En el estilo de Truman Capote en “A Sangre Fría”, Carrère construye, sobre la base de investigación, entrevistas y observación directa, la macabra historia de asesinato y de mentira.

Tras años en prisión, la publicación del libro de Carrère y hasta una película que compitió en Cannes, Jean-Claude Romand fue puesto en

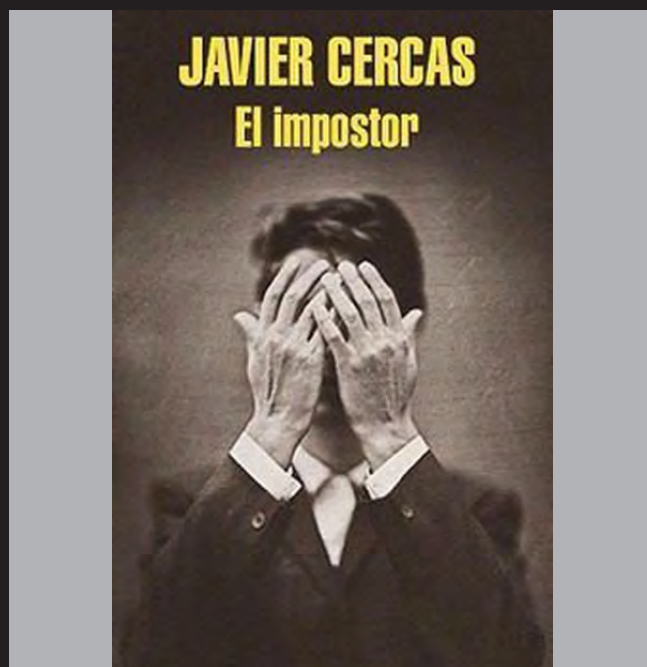
libertad el 28 de junio de 2019, para después dirigirse a la Abadía de Fontgombault, supuestamente de por vida.

Pero el escalofrío continúa. No respecto de la incapacidad de entender las razones de sus asesinatos, sino tratar de imaginar y de entender de lo que puede ser capaz un ¿ser humano? al ser descubierto en su mentira.

Otros, en cambio, se han acordado de Javier Cercas. Y sobre todo, de “El Impostor”, novela donde el español narra la historia del sindicalista ibérico Enric Marco Batlle.

Cercas nos cuenta el relato de un hombre que fue descubierto tras décadas por haber falsificado información para hacerse pasar como un superviviente de los campos de concentración del Nacional Socialismo durante la Segunda Guerra Mundial, para después no contento con eso, hacerse pasar también por un antifranquista y antifascista con posterioridad a la Guerra Civil y a la dictadura de Francisco Franco.

Cercas nos aventura por una novela que transita por nuestra eterna necesidad de aceptación y por nuestra incapacidad rotunda de aceptarnos cómo somos. Tal cual el mismo Cercas le diría al Diario La Vanguardia de Barcelona, “todos somos como Marco porque somos incapaces de mirarnos al espejo”.



Postales de un Perú violento

Entre medio de nuestra mirada “septembrista” muy típica chilena, que mezcla episodios dolorosos de la historia nacional con las Fiestas Patrias, este mes nos encontró con la muerte, a los 86 años, de Abimael Guzmán, líder y fundador de Sendero Luminoso, grupo guerrillero en la década de 1980 que enfrentó al gobierno peruano en un conflicto en el que murieron alrededor de 70 mil personas.

Guzmán, también conocido por sus seguidores como el “Presidente Gonzalo”, cumplía cadena perpetua por terrorismo desde su captura en 1992.

Y es ahí cuando viene a nuestra memoria aquella excelente novela negra, premio Alfaguara 2006, que es Abril Rojo, del peruano Santiago Roncagliolo. La historia del fiscal distrital Félix Chacaltana, funcionario que vive al alero del orden, cumpliendo el reglamento, al servicio del Estado sin cuestionar sus actuaciones -del Estado, sí-. Todo, en el marco de Ayacucho, año 2000. De fondo, nuevas de elecciones en el Perú, pero que sirven para dar contexto a la violencia y sus excesos, cuando surgen desde la administración gubernamental.

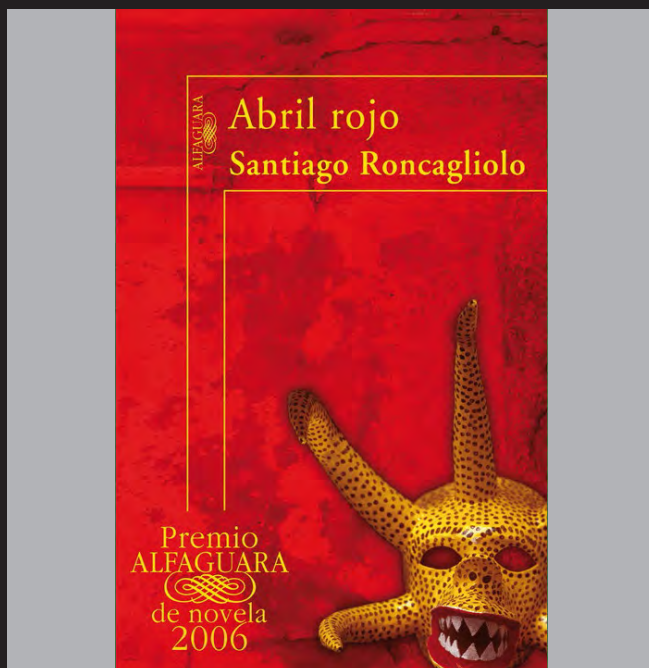
Buscando lo que aparece como un resurgimiento de las acciones de Sendero Luminoso, el fiscal Chacaltana avanza en una investigación que la Justicia Militar peruana busca a su vez entorpecer. Y ahí comienza la lucha entre el cumplimiento a las órdenes y el deber investigativo policial.

Si bien no es “la” novela sobre Sendero Luminoso, es un excelente thriller policial cruzado de personajes que están involucrados con el senderismo y que sirve de muy buena forma para entender de que manera éste se llegó a enraizar fuera de la capital, en lugares donde incluso llegó a ser más importante que el mismo Estado.

Enigmas de la historia

Pero no todo es actualidad. Para cerrar estos brevísimos recuerdos –y recomendaciones– literarias, traemos una historia cuya mención es enumerada como uno de los misterios de la historia.

“Era el barco más grande del mundo que surcara los mares y la más fabulosa máquina creada por el hombre”. Y no, no es la película de James Cameron, “Titanic”, mundialmente conocida, la que muestra el amor a primera vista de Jack y Rose. Así parte un libro. Uno de los más enigmáticos de la literatura.



Hablamos de «Futilidad», o «El naufragio del Titán», de Morgan Robertson, publicado en 1898. Recalco, 1898. Esta novela narra un desastre vivido por un buque llamado Titán, con tonelaje, longitud y velocidad muy similares al Titanic, la tragedia marítima más conocida de la historia, que ocurriría 14 años después, en el mismo mes -abril- que la novela establece su naufragio.


Robertson aseguró toda su vida que la inspiración de su obra venía de un «colaborador astral», tratando de explicar las sorprendentes similitudes de su novela con la realidad. No todo es exacto, por supuesto. 705 personas del Titanic se salvaron; del Titán, solo 13.

Enigma, misterio, curiosidad de la literatura, «Futilidad» pasó un tanto inadvertido al momento de su publicación. Por supuesto, esto cambió radicalmente después del naufragio del Titanic en abril de 1912. Nos imaginamos el revuelo al ser “re-descubierto”, traído a colación, mencionado con asombro por las similitudes con el hundimiento más famoso de la historia. La novela de Robertson fue reeditada unos meses después de la tragedia, cambiando su nombre a «El naufragio del Titán».

Lo que pocos conocen es que las premoniciones de Robertson no acaban ahí, pues posteriormente publicaría «Más Allá del Espectro» en 1914, novela en que narra una guerra... entre Estados Unidos y Japón, donde describe bombas brillantes cayendo del cielo y un ataque sorpresa de los japoneses, 27 años antes de que, en 1941, el imperio japonés atacara a Estados Unidos, provocando la entrada de este último en la II Guerra Mundial.



Por supuesto que la ciencia ficción es cosa aparte, y tanto los creadores del submarino eléctrico como quienes decidieron colocar la plataforma de lanzamiento para el Apolo XI en Cabo Cañaveral habrán leído a Julio Verne, o de lo contrario, habrán quedado sorprendidos de saber que un francés les había ganado el punto en sendas novelas cuya ficción superaba la realidad.

Más allá de la ficción, el tiempo y la distancia, la literatura continúa siendo fuente inagotable para alimentar nuestra vida cotidiana. Día a día, hecho a hecho, observamos como escritores y escritoras han anticipado, re-versionado o descrito, historias que nos permiten enfrentar la realidad a través de sus ojos y por supuesto, de sus escritos. Y esa aventura es a la que nos invitan las letras y sus cultores en forma permanente. 

EQUIPO EDITORIAL
Directora: Sylvie Moulin

Gonzalo Herrera
Rogelio Rodríguez
Rodrigo Marilef
Manuel Romo
Rubén Farías
Patricio Hernández
Gabriel Palma
Edgardo Hidalgo

Diseño: Patricio Castillo R.
www.entremedios.cl

Representante Legal:
Sylvie Moulin

Revista digital
Iniciativa Laicista
www.iniciativalaicista.cl
pro.laicus@gmail.com
ISSN: 2735-6604
Iniciat. laicista
Marcoleta 563 of.8
Santiago. Chile.

Las opiniones publicadas
en nuestras páginas son de
exclusiva responsabilidad
de quienes las emiten y no
representan necesariamente
el pensamiento del equipo
editorial de Iniciativa Laicista



Iniciativa Laicista es una publicación bimestral independiente, cuyo propósito es dar a conocer y promover la discusión sobre democracia y sociedad secular, libertad de conciencia, igualdad de derechos de las personas y separación de las religiones y el Estado.

Iniciativa Laicista no tiene fines de lucro, ni percibe recursos económicos de ninguna institución, pública o privada. Sí nos interesa la libre contribución de nuestros lectores, las que se pueden efectuar, sin compromiso, comunicándose a Iniciativa Laicista en pro.laicus@gmail.com