Prejuicios y estereotipos de la vejez: "viejismo"

María de la Luz Martínez-Maldonado

El proceso de envejecimiento, como se ha señalado en el capítulo anterior, trae consigo cambios en los ámbitos biológico, psicológico y social. Cuando nos referimos a los cambios sociales, significa que el hecho de envejecer implica, en muchas ocasiones, modificaciones en la percepción que las personas viejas tiene de sí mismas y de los otros viejos, así como en la manera en que los viejos se relacionan consigo mismos, con los otros viejos y con el resto de la sociedad. Igualmente, en la forma en la que las personas no viejas, la sociedad e incluso el Estado perciben a los viejos y se relacionan con ellos.

A lo largo de la historia, la sociedad se ha dado a la tarea de clasificar a las personas en función de elementos como grupo biológico (blancos, negros, etc.), clases sociales (ricos y pobres), nivel educativo (letrados y analfabetas), características físicas (altos y bajos, gordos y flacos), género (hombres y mujeres) o grupos de edad (niños, adolescentes, jóvenes y viejos). Sin embargo, estas prácticas clasificatorias no sólo significan división, sino que conllevan prácticas discriminatorias que tienen efectos importantes al interior de cada sujeto, en este caso de la persona vieja, pues afectan su autoconcepto, autoestima, sensación de pertenencia, etc.

En las últimas décadas, la clasificación basada en la edad ha generado imágenes e ideas cada vez más negativas sobre los viejos, pues se les ha categorizado como "seniles", "pasados de moda", "rígidos de pensamiento y acción", "improductivos" y "disminuidos en sus capacidades". Esto se traduce, como se había mencionado, en prácticas, actitudes y sentimientos que favorecen el deterioro en la forma en que cada persona se ve a sí misma (autoconcepto) y también en ideas negativas que las personas de otros grupos de edad tienen sobre los viejos, la vejez y el envejecimiento, así como la percepción que los viejos tienen de los otros viejos y de sí mismos. Todo esto daña a la sociedad en su conjunto, ya que genera conductas discriminatorias.

¿A qué llamamos viejismo?

Usamos el concepto ***viejismo*** para referirnos a las actitudes y acciones discriminatorias de rechazo, tendencia a la marginación, temor, desagrado, negación y agresión a las personas envejecidas y a la vejez. El viejismo permite a las generaciones más jóvenes ver a los viejos como personas diferentes a ellos mismos, por lo que sutilmente dejan de reconocerlos como seres humanos.

El viejismo se refiere a aquellas actitudes y acciones discriminatorias de rechazo, tendencia a la marginación, temor, desagrado, negación y agresión a las personas envejecidas y a la vejez.

Estas conductas viejistas que practicamos cotidianamente están conformadas por dos elementos: los prejuicios y los estereotipos. Cuando hablamos de prejuicios nos referimos a la predisposición que mostramos para aceptar o rechazar a las personas por su aspecto físico, situación social o por características que nos imaginamos, aún cuando no tengamos conocimiento real sobre ellas. Los prejuicios son actitudes aprendidas, generalmente en el ambiente familiar, y tienen la particularidad de estar basados en información errónea o incompleta. Un ejemplo de esto es cuando escuchamos frases que afirman que "todos los viejos son gruñones", sin conocer a "todos los viejos".

Las conductas viejistas que practicamos cotidianamente están conformadas por los prejuicios y los estereotipos que tenemos sobre los viejos, la vejez y el envejecimiento.

Es importante mencionar que los prejuicios se pueden manifestar de forma evidente, cuando escuchamos frases como "todos los viejos huelen mal" o "todos los viejos son sabios" y, también, cuando de forma velada se hace referencia a un rechazo o negación de la vejez, por ejemplo cuando pedimos que no nos pregunten la edad o afirmamos que ya no cumplimos, sino "descumplimos años", porque es "vergonzoso decir la edad".

Los prejuicios pueden ser tanto positivos como negativos, esto es, también pueden resaltar o exagerar aspectos positivos del grupo de viejos. Muchos de nosotros hemos escuchado frases que afirman que "todos los viejos son sabios" o que "todas las abuelitas son tiernas", lo que también es una forma de prejuicios puesto que no conocemos a todas las abuelas y evidentemente la

Los prejuicios son actitudes aprendidas, generalmente en el ambiente familiar, y tienen la particularidad de estar basados en información errónea o incompleta. Por ejemplo, aseverar que "todos los viejos son gruñones".

sabiduría no es una característica de todas las personas. En cuanto a los prejuicios negativos, los más comunes son que "todos los viejos son cascarrabias", "son necios", que "ya no pueden aprender cosas nuevas" o "valerse por sí mismos". Los prejuicios positivos, al igual que los negativos, no están basados en experiencia o conocimientos reales, y ambos son igualmente perjudiciales.

El otro componente del viejismo son los estereotipos. Se definen como las creencias populares, imágenes o ideas aceptadas por un grupo, son palabras que decimos y que están llenas de emoción. Son una forma de reducir las imágenes de las personas o grupos, formas de personalidad o aspecto de la estructura social; los estereotipos forman una especie de caricaturas que ocupan el lugar de imágenes exactas en nuestras mentes. Ejemplos de estereotipos sobre los viejos son las imágenes del viejo con bastón, lentes, jorobado, sin dientes, etc. Aunque actualmente sabemos que muchos viejos pueden caminar bien, sin bastón, que no necesariamente todos los viejos no tienen dientes y, además, vemos hoy muchos jóvenes que usan lentes o bastón y pueden perder dientes. De ahí que estas imágenes no sean características exclusivas de la vejez.

Los estereotipos se definen como las creencias populares, imágenes o ideas aceptadas por un grupo, son palabras que decimos y que están llenas de emoción. Por ejemplo, mostrar la imagen de los viejos como personas con bastón, lentes y sin dientes.

Al igual que los prejuicios, los estereotipos son adquiridos generalmente al interior de la familia, pero también a través de la escuela y los amigos o personas con las que usualmente convivimos y, en la actualidad, se forman con facilidad a partir de imágenes presentadas en los medios masivos de comunicación, especialmente en la televisión.

Algunos estereotipos son casi naturales para nosotros, pues todo el mundo los conoce y establecen una forma común de pensar, hablar o bromear sobre un grupo de personas. Sin embargo, en el fondo son una forma de justificar u ocultar el rechazo.

Los prejuicios y estereotipos son adquiridos generalmente al interior de la familia, en la escuela, con los amigos, pero sobre todo se fortalecen con las imágenes presentadas en los medios masivos de comunicación, especialmente en la televisión.

En el caso de la vejez, no siempre nos damos cuenta de que los estereotipos que arrastramos influyen en una conceptualización altamente negativa de ella. Esto trae como consecuencia que las actitudes, prácticas y sentimientos viejistas sigan creciendo y afectando a las personas viejas, pero también a las familias y a la sociedad.

Existe una serie de prejuicios y estereotipos negativos y positivos hacia los viejos que son muy comunes en la sociedad de nuestro tiempo y que derivan en mitos sobre la vejez. A continuación se presentan algunos de ellos y se explica brevemente su falta de fundamento.

• **"La vejez es sinónimo de enfermedad o deterioro".** El estado de salud de una persona está relacionado con sus hábitos, estilos de vida, condicio-

nes ambientales, nutricionales, etc. Los viejos, por tanto, se enferman como cualquier persona, aunque efectivamente el proceso de envejecimiento trae consigo un incremento en la vulnerabilidad para desarrollar enfermedades crónicas (como diabetes, hipertensión, osteoporosis) y agudas (enfermedades respiratorias y gastrointestinales).

• **"Los viejos son feos".** Debido a que en nuestra sociedad la belleza se asocia a la juventud, se considera que durante la vejez no se puede tener esta característica. Sin embargo, la definición de belleza es algo que cada sociedad y persona construye de manera individual y colectiva. En otras culturas, por ejemplo, son valorados rasgos relacionados con la edad, tales como el cabello gris o la piel arrugada**.**

• **"Los ancianos sufren deterioro mental y no pueden aprender".** Todo ser humano, sin importar su edad, puede resultar afectado en su capacidad de aprendizaje. Las enfermedades mentales no son propias de la vejez y los viejos tienen tanta capacidad y habilidad para aprender como cualquier otra persona, aunque a ritmos distintos.

• **"Los viejos no pueden valerse por sí mismos".** Los viejos en su mayoría son autónomos e independientes. Sólo en circunstancias especiales son incapaces de tomar decisiones u opinar acerca de lo que consideran importante para ellos mismos.

• **"Los viejos viven aislados".** Las personas no se aíslan por el hecho de envejecer. Esto dependerá de su historia de vida, de sus condiciones familiares, del ambiente en el que se encuentran, de sus condiciones económicas particulares, del modo en el que han decidido enfrentar su situación de vida, entre otras circunstancias.

• **"Los viejos son pobres".** La pobreza no es una condición que se dé por el hecho de ser viejos. En nuestro país existe un elevado número de personas mayores de 60 años que se encuentra en condiciones de pobreza, sin embargo, al analizar al resto de la población, notaremos que es un problema general en nuestro país, y no propio de un grupo de edad.

• **“Los ancianos están deprimidos”.** La depresión es un padecimiento que está relacionado con muchas causas, no directamente con la vejez. Efectivamente, la pérdida de seres queridos, el alejamiento de los hijos, un periodo de enfermedad, entre muchas otras situaciones, pueden producir un estado de depresión. Sin embargo, existen personas en proceso de envejecimiento que reflejan un alto grado de bienestar y felicidad.

• **“Los viejos son bondadosos”.** Esta afirmación se basa en el estereotipo del “abuelo ideal”. Sin embargo, no existe evidencia que nos demuestre que el hecho de envejecer implica un aumento de la bondad y afectividad, ésta es producto de la vida de cada persona.

• **“Todos los viejos son sabios”.** No existe evidencia científica que demuestre que la vejez está relacionada con el incremento de la sabiduría, ésta no depende de la edad sino de los conocimientos que las personas adquieren durante su existencia, y muchos viejos no tienen la oportunidad de acrecentar significativamente sus conocimientos.

• **“Los viejos pierden el interés por la sexualidad”.** El interés sexual no se pierde con la edad, pues la sexualidad es una condición que permanece a lo largo de la vida.

¿Cómo podemos combatir los prejuicios y estereotipos?

Estas ideas se encuentran muy arraigadas dentro de la sociedad e incluso en muchos de nosotros, a pesar de no estar basadas en información verdadera. Los prejuicios y estereotipos sobre los viejos, la vejez y el envejecimiento se combaten mediante la difusión de información real y el reconocimiento de que el envejecimiento es individualizado. Al generalizar, usando como base los prejuicios y estereotipos, favorecemos la creación de imágenes e ideas negativas que se traducen en actitudes, acciones y sentimientos de rechazo, negación y discriminación, contribuyendo a propagar el viejismo.

El viejismo en nuestra sociedad

Pero, ¿por qué existe el viejismo, si en el pasado los ancianos eran respetados y gozaban de gran autoridad? Todas las sociedades establecen imágenes e ideas sobre los viejos dependiendo de sus contextos y momentos históricos. En el pasado y particularmente en las sociedades antiguas, en las que el conocimiento no era ni tan difundido (sólo ciertos grupos como sacerdotes o gobernantes tenían acceso a él) ni tan especializado como lo es actualmente, los viejos eran considerados personas de respeto, en muchos casos eran los depositarios del poder político (los viejos eran los gobernantes), en otros del

poder económico (eran los dueños de la tierra o de los ejércitos) e incluso se pensaba que eran magos o tenían contacto con los dioses. Sin embargo, en la época moderna y debido a la forma en la que nuestra sociedad se ha organizado para producir, es decir, en la sociedad capitalista que se caracteriza porque busca siempre generar más a menor costo y a gran velocidad, han surgido valores que impiden ver a la vejez como una etapa más de la vida, a los viejos como personas con un papel fundamental en la sociedad y al envejecimiento como un proceso natural. Existen cuatro factores que nos permiten explicar el por qué de este fenómeno:

Todas las personas, por el hecho de tener la posibilidad de llegar a envejecer, nos enfrentamos a la posibilidad de ser víctimas de "viejismo".

- **El temor a la muerte.** En la actualidad, la enfermedad y la muerte han dejado de ser vistos como parte del proceso natural de la vida de los seres humanos. Es por eso que muchas personas muestran un profundo rechazo a envejecer, enfermar, perder capacidades, convertirse en seres inútiles y por supuesto, morir.

- **La sobrevaloración de la juventud.** Nuestra sociedad asigna un nivel de superioridad social a los jóvenes, debido a que considera a la juventud como la etapa más deseable de la vida. Se ha difundido la idea equivocada de que sólo siendo joven se puede aportar a la economía, tener belleza física, acumular riqueza, además de tener poder y un papel importante dentro de la sociedad.

- **La idea de que producir es lo más importante.** Como sabemos, en nuestra sociedad es muy importante producir de forma eficiente y eficaz. Debido a prejuicios y estereotipos se considera que los viejos no están en posibilidades de producir y que, peor aún, se convierten en una carga para sus familias, la comunidad, el gobierno y la sociedad en su conjunto.

- **Los temas de interés de los especialistas en el campo del envejecimiento.** La mayor parte de las investigaciones que se realizan sobre el envejecimiento están enfocadas a temas como la enfermedad y el deterioro, lo que produce de entrada una percepción de que la vejez es equivalente a la enfermedad. Por otro lado, en las investigaciones que tienen que ver con

la economía, los temas se centran en el problema que representa para los gobiernos el pago de las pensiones o el gasto en los sistemas de salud, lo que genera una idea de la vejez como sinónimo de “carga”.

Los factores anteriores permiten que el viejismo se reproduzca y perpetúe en todos los ámbitos de la dinámica social. En el ámbito económico, al marginar a los viejos del ambiente laboral y del acceso a ingresos (dinero) y a satisfactores básicos como son la vivienda digna, los servicios de salud, la alimentación apropiada, etc.; en el ámbito político, cuando se crean políticas públicas, leyes, programas e instituciones que discriminan a las personas por razones de edad; y en el ámbito social, cuando los prejuicios y estereotipos constituyen una limitante para la participación y la capacidad de toma de decisiones de los viejos a nivel individual, familiar y comunitario.

Formas de viejismo

El “viejismo” se puede presentar en tres diferentes formas: i) de los otros grupos hacia los viejos, ii) de los viejos hacia otros grupos de viejos, y iii) de los viejos hacia sí mismos.

Todas las personas, por el hecho de tener la posibilidad de llegar a envejecer, nos enfrentamos a la posibilidad de ser víctimas de este tipo de discriminación. Ésta es una de las razones por las cuales tenemos que ser conscientes de sus distintas formas y niveles de expresión. Es muy importante señalar que el viejismo se puede presentar en tres diferentes formas: de los otros grupos hacia los viejos, de los viejos hacia otros grupos de viejos, y también de los viejos hacia sí mismos.

¿Cómo podemos combatir el viejismo en el ámbito comunitario?

Como vimos, el viejismo tiene diferentes formas y se puede encontrar en diversos espacios, como el personal, el familiar, el comunitario, político, etc. y, al ser producto de prejuicios y estereotipos, muchas veces se practica de manera

inconsciente, además de que muchas de sus manifestaciones han sido aceptadas, permitidas y reproducidas por la sociedad, por lo que su eliminación se hace más complicada. A continuación se presentan algunas estrategias que se pueden llevar a cabo para combatir el viejismo en la comunidad.

• Difundir el concepto de viejismo y la importancia de eliminarlo en cualquiera de sus manifestaciones.

• Hacer conciencia en nosotros mismos, nuestras familias, grupos y comunidad sobre la existencia de mitos, prejuicios y estereotipos sobre la vejez, los viejos y el envejecimiento, así como sobre las implicaciones negativas de éstos.

• Compartir información real sobre el proceso de envejecimiento y sobre sus características, poniendo énfasis en el hecho de que éste es individualizado.

• Promover la participación de los viejos en los diferentes espacios sociales.

• Promover la cooperación y la solidaridad entre todas las personas independientemente de su edad.

• Hacer difusión sobre el marco jurídico y político de atención a los viejos.

• Denunciar, usando siempre los canales adecuados, las prácticas de discriminación hacia las personas por razones de edad.

• Buscar información cuando sospechemos que las decisiones personales, familiares o comunitarias se están tomando a partir de algún prejuicio.

• Analizar de manera crítica el contenido y sustento de las políticas públicas y programas que promueven nuestras autoridades a favor del grupo etario.

• Conocer y difundir aquellas redes de apoyo social que pueden ayudarnos en caso de sufrir discriminación o violencia.

Los prejuicios y estereotipos sobre los viejos, la vejez y el envejecimiento se combaten mediante la difusión de información real y el reconocimiento de que el envejecimiento es un proceso normal e individualizado.

Actitudes y comportamientos discriminatorios hacia los viejos	
De los otros hacia los viejos	Al tratar a los viejos como si fueran incapaces de entender o peor aún, cuando se les trata o compara con niños o se les habla como se habla a un bebé.
	Cuando se les niegan empleos debido al prejuicio que afirma que los viejos ya no pueden trabajar.
	Cuando se les margina de la toma de decisiones a nivel familiar y comunitario o se les obliga a decidir en función de lo que más conviene a otras personas.
	Al dar por hecho que los viejos “necesitan ayuda” por el hecho de ser viejos, sin preguntarles primero sus necesidades.
	Al no tomar en cuenta sus opiniones en asuntos relevantes, dando por hecho que no son capaces de aportar soluciones.
	Cuando se les maltrata, humilla o se les priva de sus libertades.
	Cuando se les excluye de la vida familiar y social.
	Cuando se les niegan oportunidades de hacer planes futuros debido a la idea de “ya para qué, si ya pronto se va a morir”.
	Cuando se les obliga a ser dependientes a pesar de tener la posibilidad de realizar ciertas actividades.
	Cuando se juzgan como ridículas las decisiones de los viejos, por ejemplo, iniciar una nueva vida de pareja o emprender una nueva actividad.
	Cuando se critica a otros viejos por el hecho de realizar ciertas actividades o tomar decisiones.

Actitudes y comportamientos discriminatorios hacia los viejos

De los viejos hacia sí mismos	Cuando limitan su propio desarrollo bajo la idea de “para qué lo hago si ya estoy viejo”.
	Al colocarse en el papel de desvalidos o incapacitados cuando tienen el potencial para realizar actividades.
	Cuando evaden la responsabilidad de tomar decisiones argumentando que la vejez les incapacita para hacerlo.

Comentarios prejuiciosos hacia la vejez

Cuando se critica a otros viejos por el hecho de realizar ciertas actividades o tomar decisiones.
Cuando se usa lenguaje invisibilizante, es decir, que trata de ocultar tras términos “aparentemente correctos” la existencia de los viejos como grupo de la sociedad, de ahí que se les denomine “adultos mayores”, “tercera edad”, “adultos en plenitud”, etc.
En nuestra cultura los chistes son muy comunes y son socialmente aceptados pero, en el caso de los viejos, involucran gran descalificación y hacen evidente el rechazo hacia este grupo.
Cuando se usa lenguaje basado en prejuicios positivos o que sobrevaloran la juventud para referirse a los viejos: “Soy joven por dentro”, “Tengo 70 años pero me siento de 20”.
Cuando se trata de ocultar la realidad: “No me preguntes mi edad”.
Al hacer comentarios que involucran la propia descalificación: “Yo ya no puedo, ya estoy viejo”.

Tratamientos y servicios diferenciados por el hecho de tener más de 60 años
Cuando se limita el acceso a servicios por razones de edad. Por ejemplo en materia de salud, transplantes de órganos o ciertos tratamientos que se consideran “caros”.
Cuando se niega el acceso a créditos o financiamientos.
Al crear espacios específicos para los mayores de sesenta años sin considerar si éstos son necesarios o no, tales como filas especiales en los supermercados, en los bancos, para el pago de algunos servicios, etc.

Discriminación de los viejos por prácticas y políticas institucionales
Cuando las políticas sociales consideran a los viejos como un grupo en el que todas las personas mayores de 60 años tienen las mismas características y no consideran diferencias como el lugar en el que viven, su escolaridad, su acceso a servicios de salud (público o privado), si pertenecen a grupos indígenas, si son jubilados o continúan trabajando, si son sanos, etc.
Al no desarrollar políticas públicas que incluyan temas como la producción y empleo, medio ambiente, recreación y vivienda y sólo se limiten a la atención de la salud y educación de algunos sectores de la población mayor de 60 años.
Cuando se crean programas que dan por hecho que todos los viejos están en situación de pobreza y se proponen políticas públicas generalizadas de apoyo económico, sin considerar que algunos de ellos no lo necesitan y para otros es insuficiente.
Cuando se les excluye de la toma de decisiones sobre leyes, políticas o programas que les afectan directamente.