



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES ZARAGOZA
UNIDAD DE INVESTIGACION EN GERONTOLOGIA



Envejecimiento y vejez

El humano es un ser complejo en el que se conjugan y complementan elementos biológicos, psicológicos y sociales, los cuales son interdependientes. Por lo tanto, el envejecimiento humano es diferente al envejecimiento celular, de un órgano o un sistema. Asimismo, no se debe limitar el concepto al solo hecho del paso del tiempo, ya que tal como lo señala Leonard Hayflick (1996) “no es el simple paso del tiempo; sino la manifestación de acontecimientos biológicos que ocurren durante un lapso de tiempo, lo que caracteriza el envejecimiento”, de ahí que el investigador señale que “el envejecimiento ocurre EN EL tiempo, pero NO POR el paso del tiempo”. En este sentido, la mayoría de las células que existen en este momento en nuestro cuerpo no existían hace cinco o diez años, incluso dos días atrás, y esto sucede durante todas las etapas de la vida (niños, adultos y viejos), por lo que el envejecimiento celular no es la característica distintiva del envejecimiento humano.

Por tal motivo, nuestro grupo de trabajo definimos envejecimiento humano como un “proceso gradual y adaptativo, caracterizado por una disminución relativa de la reserva y respuesta biológica, ante las exigencias para mantener o recuperar la homeostasis, debido a

las modificaciones morfológicas, fisiológicas, bioquímicas, psicológicas y sociales, propiciadas por la herencia genética y al desgaste acumulado ante los retos que enfrenta la persona a lo largo de su historia en un ambiente determinado, que se manifiesta por cambios físicos, psicológicos y sociales individualizados” (Mendoza-Núñez et al. 2016).

No existe consenso en el ámbito gerontológico respecto a la edad de inicio del envejecimiento. En este sentido, con un enfoque limitado al tiempo, se ha propuesto que el envejecimiento inicia desde el nacimiento e incluso desde la concepción, en lo cual estamos en desacuerdo, ya que consideramos que “los niños crecen y se desarrollan, NO envejecen”, en congruencia con lo señalado por Hayflick (1996) y las características biológicas distintivas “Hallmarks” del envejecimiento propuestos por López-Otín (2013 y 2023), que no se observan durante el proceso de crecimiento y desarrollo de los niños y jóvenes (antes de los 45 años).

Por otro lado, la vejez es un concepto relativo a una etapa del ciclo vital humano cuyo inicio, desarrollo, limitaciones y oportunidades son determinadas por los grupos sociales. Al respecto, cada sociedad establece la edad de inicio de la vejez, y ésta ha cambiado a lo largo del tiempo, de ahí que en los inicios del siglo pasado se consideraba como viejos a las personas mayores de 40 años. En la actualidad





UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES ZARAGOZA
UNIDAD DE INVESTIGACION EN GERONTOLOGIA



la mayoría de los países asumen los acuerdos de organismos internacionales. En este sentido, la Organización de las Naciones Unidas estableció como punto de corte para la edad de inicio de la vejez 65 años para los países desarrollados, y de 60 años para los países en desarrollo (ONU, 1979). La diferencia de edades para el establecimiento del inicio de la vejez se sustentó en las diferentes condiciones y en la esperanza de vida de ambos grupos de países.

Referencias

- Hayflick, L. (1996). How and why we age. New York: Ballantine Books, 49-57.
- Mendoza-Núñez, V.M., Martínez-Maldonado, M.L., & Vivaldo-Martínez, M. (2016). What is the onset age of human aging and old age?. *International Journal of Gerontology*, 10(1), 56, doi:10.1016/j.ijge.2015.06.004.
- López-Otín, C., Blasco, M. A., Partridge, L., Serrano, M., & Kroemer, G. (2013). The hallmarks of aging. *Cell*, 153(6), 1194–1217.
- López-Otín, C., Blasco, M. A., Partridge, L., Serrano, M., & Kroemer, G. (2023). Hallmarks of aging: An expanding universe. *Cell*, 186(2), 243–278. doi:10.1016/j.cell.2022.11.001
- Organización de Naciones Unidas (1979). Reunión sobre envejecimiento. Kiev, URSS: ONU.

