



Fundación  
General CSIC

## UNA MIRADA INTERDISCIPLINAR A LA INVESTIGACIÓN SOBRE ENVEJECIMIENTO

Conclusiones del Encuentro UIMP (Santander 5-6 Septiembre 2016)  
organizado por la Fundación General CSIC

- Reconocidos expertos en la investigación sobre envejecimiento coinciden en ofrecer una visión del envejecimiento como **oportunidad** –en vez de como riesgo–, independientemente de la diversidad de ámbitos científicos desde la que afrontan el análisis del mismo.
- Existe un alto grado de acuerdo en la necesidad de **interdisciplinariedad** a la hora de abordar los retos que el proceso de envejecimiento plantea a la investigación científica. La intención de interdisciplinariedad existe en todas las miradas a la vejez, pero en la práctica, debido a limitaciones de diversa índole, en la mayor parte de los casos nos vemos limitados a aproximaciones multidisciplinares en el seno de las grandes áreas científicas.
- Respecto a las limitaciones para un abordaje más interdisciplinar en la investigación sobre envejecimiento, se ha destacado la creciente especialización que cada vez nos aleja más unos de otros. Por ello, son cada vez más necesarias iniciativas, como la patrocinada por la FGCSIC, que nos ayuden a **encontrarnos**.
- Se han señalado también las dificultades derivadas de la ausencia de un lenguaje común, sumada a la diversidad de **instrumentos** de medición. La conveniencia de ponernos de acuerdo en qué medimos y cómo lo medimos es patente. Asimismo, existe una amplia diversidad de **fuentes** de datos poco conocidas, y menos utilizadas, fuera del ámbito en el que son generadas. Las fuentes pueden ser un instrumento útil para vertebrar el rico pero atomizado escenario de la investigación sobre el proceso de envejecimiento (sirva como ejemplo la utilización del *Health and Retirement Study* por parte del *National Institute on Aging*, en el proceso de cohesión de la investigación en el área en USA). A este respecto:
  - i) Se ha resaltado la existencia de fuentes, parciales, de gran riqueza, pero muy poco explotadas y conocidas más allá de una determinada disciplina (ej.: Registro Farmacológico, Muestra Continua de Vidas Laborales, Encuestas periódicas sobre Discapacidad, etc.). Un esfuerzo en la **integración y armonización de fuentes** ya existentes pondría a disposición

de la comunidad científica un gran potencial de información complementaria y nos ofrecería la oportunidad de encontrarnos alrededor de preguntas no tan distantes.

ii) También ha sido una constante la apelación a las limitaciones e insuficiencia de las fuentes. La colaboración en la **generación de fuentes** puede ayudar a la convergencia, en la medida en la que obliga a encontrarse y entenderse.

Pero más allá de las limitaciones, lo que se vislumbra son muchos puntos de encuentro. Hay algunas **cuestiones transversales**, prácticamente, a todas las miradas:

- La **heterogeneidad** de la vejez. Se ha destacado la heterogeneidad generacional (que, por ejemplo, puede afectar al acceso tecnológico, o a la adherencia de nuevas generaciones de mayores a ciertos paradigmas gerontológicos); la heterogeneidad social (que, por ejemplo, puede ser determinante en la adherencia a intervenciones en el comportamiento, como las de promoción del ejercicio físico); la heterogeneidad territorial (con distintas políticas sociales, programas de envejecimiento activo, o incluso acceso a soluciones tecnológicas); la heterogeneidad genética (cuya observación contribuiría a reducir ese “enorme error” siempre presente en los análisis sociales), o la heterogeneidad en la longevidad (en relación a variables endógenas, como el sexo, pero también en relación a variables exógenas, como el nivel de educación, renta, o el estado civil y que afecta a las necesidades económicas de las generaciones de mayores).
- La necesidad de **observaciones longitudinales**, que permitan observar trayectorias (trayectorias funcionales, de hábitos de vida, de actividad, transferencias en distintos momentos vitales, etc.), patrones de cambio a lo largo del tiempo de vida de distintas generaciones, así como identificar momentos de ‘ruptura’. A este respecto se ha destacado la creciente diversidad en las trayectorias de vida de las nuevas generaciones que alcanzan la madurez, y el desafío que ello supone en términos de personalización de la experiencia de vida a lo largo de la vejez y de las respuestas a los retos de la misma.
- **Género**. ¿Perfila el género dos formas de envejecer? Las diferencias entre hombres y mujeres van más allá de la duración de la vida, y se dejan ver en un proceso de senectud femenino prolongado, con mayor carga de enfermedad, problemas de movilidad, dolor. Son también diferentes los roles en su relación con la actividad (productiva y no productiva), con las transferencias (formales e informales) e, incluso, con su situación de liquidez financiera. Todo ello deja huella en la situación emocional, en las redes y recursos de apoyo, en los estereotipos, y en la forma de afrontar el futuro; ese que, en la vejez, también existe.

Las preguntas sobre el proceso de envejecimiento, a las que buscamos respuesta desde distintas miradas, confluyen en torno a algunos **grandes ejes**:

- **El ritmo de senectud.** Nos preguntamos por la relación entre tiempo (biográfico, generacional) y materia biológica. En esta relación, una de las cuestiones centrales es la que se pregunta por los límites de la vida humana, cuestión en la que puede tener un fuerte impacto la investigación relacionada con terapias regenerativas, biotecnología, ingeniería genética o nanotecnología, por ejemplo.

Pero dicha relación puede llevarnos a preguntarnos, no sólo por el límite de la vida, es decir, por el fin de la vejez, sino también por el inicio de la misma: ¿cómo retrasar la velocidad del envejecimiento? ¿cómo retrasar el ritmo de senectud? A este respecto nos interesamos, desde distintos ámbitos, por los **centenarios**, por los longevos y súper-longevos, por aquellos que han retrasado el reloj. Los más mayores nos pueden ayudar a apreciar fenómenos que veremos, pero que todavía no son patentes en el conjunto de la población.

Por otra parte, la denominada ‘compresión de la discapacidad’ ha provocado la emergencia –en las generaciones que actualmente transitan la vejez– de un numeroso grupo de mayores-jóvenes (septuagenarios) con un enorme potencial de vida en salud. ¿Cuál es el potencial mimético del fenómeno por parte de los octogenarios de las próximas generaciones de mayores? ¿En qué medida esta mejoría del **funcionamiento humano** seguirá produciéndose hasta edades más avanzadas en las próximas generaciones de mayores?

- **La relevancia del comportamiento y las emociones.** Nos preguntamos sobre los principales moduladores del envejecimiento. Se destaca el importante papel del estilo de vida (dieta, ejercicio, etc.), vínculo en la clásica dicotomía entre entorno y genética. Ello lleva a cuestiones sobre la responsabilidad individual para un envejecimiento saludable, a la relevancia de **trayectorias de vida activas y saludables** no sólo en la vejez, sino desde edades jóvenes. Se destaca el gran potencial de trayectorias de vida saludables maximizando la salud y la felicidad en las edades más avanzadas de la vida.

Se enfatiza, también, en la relevancia de no olvidar el entorno como condicionante de las trayectorias de vida individuales. Se recomiendan aproximaciones multinivel que tengan en cuenta que los hábitos a través del curso de vida pueden verse altamente condicionados por: a) el contexto familiar y social (estructura y composición generacional, soledad, recursos educativos, etc.); b) el contexto de políticas públicas (información, programas de prevención, apoyo Envejecimiento Activo, etc.); c) el contexto físico y tecnológico (accesibilidad, barreras, clima, etc.). Ello contribuye a modular la relación entre responsabilidad individual y **riesgos sociales**, y a favorecer el encuentro de distintas perspectivas científicas.

Se plantea también la relevancia de otros moduladores del envejecimiento, en concreto el papel de las emociones, la ilusión, los afectos. La importancia de seguir afrontando el futuro, en la vejez, como un espacio de proyección personal. Y se recuerda la importancia

de no olvidar las emociones negativas (por ejemplo, el efecto del estrés en el envejecimiento prematuro). En relación con ello, se plantea la relación de las **redes familiares y sociales** con aspectos emocionales y comportamentales en el proceso de envejecer.

- **Envejecer bien.** Un envejecimiento positivo, activo, exitoso, con calidad de vida, denominaciones todas ellas que responden a distintos intentos de respuesta a la misma pregunta: ¿qué es (y cómo medimos) envejecer bien? Existe cierto consenso en que la respuesta debe incluir, necesariamente, el estado de salud, pero debe trascender al mismo, si bien el balance entre los distintos “ingredientes de la receta” es objeto de revisión constante. Uno de los elementos de la misma se relaciona con la **actividad** (productiva y no productiva) –con numerosas cuestiones abiertas en su relación con la salud, el cuidado y la tecnología–, y con la educación a lo largo de la vida. Otro elemento indispensable es la necesidad de **entornos integradores** (físicos, tecnológicos y sociales). ¿Cómo construimos entornos para distintas generaciones, distintas capacidades, distintos momentos biográficos y distintas trayectorias de vida? Finalmente nos planteamos las limitaciones – legales, tecnológicas– para **‘morir bien’** como culminación del proceso de envejecer bien.
- **Relaciones intergeneracionales.** Desde diversas perspectivas se expone la necesidad de una visión intergeneracional integradora, que se pregunte por la convivencia, la coexistencia y la solidaridad entre generaciones. Sabemos que las generaciones no compiten entre sí, y que la inversión en unas repercute también en el bienestar de otras, a través de transferencias de diversa naturaleza y dirección. A este respecto, se resalta la necesidad de preguntarse no sólo por la sostenibilidad de los **sistemas formales** de solidaridad intergeneracional, sino también por su suficiencia y equidad –en busca de equidad intra e inter-generacional–. Respecto a las transferencias informales, las preguntas se centran en torno al **cuidado**, al papel de la tecnología en el mismo, y al distanciamiento entre el cuidado más tecnológico y el prestado por servicios personales; generando, este último, una creciente desigualdad social.

La Fundación General CSIC, que tiene al Envejecimiento Activo y Saludable como uno de sus principales programas, reconoce la valiosa contribución de la directora del Encuentro, Dra. María Dolores Puga, así como la de los ponentes que han participado en el mismo, tanto al desarrollo de la actividad como a la elaboración de estas Conclusiones. Quiere dejar asimismo constancia del apoyo prestado por la institución coorganizadora, la Universidad Internacional Menéndez Pelayo, su Rector y su personal.



### Una mirada interdisciplinar a la investigación sobre envejecimiento

#### Dirección

**M<sup>a</sup> Dolores Puga González**

Científica titular CSIC

#### Secretaría

**María Sanz Vicente**

Subdirectora Fundación General CSIC

### 5 y 6 de septiembre de 2016

#### Lunes 5

10:00 h | Inauguración

**Emilio Lora-Tamayo D'Ocon**

Presidente del Consejo Superior de Investigaciones Científicas

**Miguel García Guerrero**

Director General de la Fundación General CSIC

**M<sup>a</sup> Dolores Puga González**

10:30 h | Conferencia inaugural

**Alberto Palloni**

Profesor emérito

Universidad de Wisconsin-Madison

11:30 h | Mesa redonda

Longevidad y salud

**Rosa Gómez Redondo**

Catedrática acreditada

Universidad Nacional de Educación a Distancia

**Jesús de Pedro Cuesta**

Jefe de Área Epidemiología Aplicada

Centro Nacional de Epidemiología, ISCIII

**Helios Pareja Galeano**

Investigador

Universidad Europea de Madrid

**José Viña Ribés**

Catedrático

Universidad de Valencia

#### Moderación

**Ángel Otero Puime**

Profesor titular

Universidad Autónoma de Madrid

16:00 h | Mesa redonda

Sociedades capacitadoras e incluyentes

**Gregorio Rodríguez Cabrero**

Catedrático

Universidad de Alcalá de Henares

**Albert Cortina Ramos**

Abogado y urbanista

Director del Estudio DTUM

**Roberto Hornero Sánchez**

Catedrático

Universidad de Valladolid

**Alejandro Sánchez Rico**

Socio fundador

Artica Telemedicina

#### Moderación

**Jesús Rivera Navarro**

Profesor titular

Universidad de Salamanca

#### Martes 6

09:30 h | Mesa redonda

Bienestar y actividad

**Mercedes Ayuso Gutiérrez**

Catedrática

Universidad de Barcelona

**M<sup>a</sup> Ángeles Durán Heras**

Profesora de investigación *ad honorem*

CSIC

**Rocío Fernández-Ballesteros García**

Catedrática emérita

Universidad Autónoma de Madrid

**Javier Yanguas Lezuan**

Investigador

MATIA Instituto Gerontológico

#### Moderación

**Luis Moreno Fernández**

Profesor de investigación

CSIC

12:00 h | Conferencia de clausura

**Julián García Vargas**

Exministro de Sanidad y Consumo

Exministro de Defensa

13:00 h | Conclusiones

**M<sup>a</sup> Dolores Puga González**

13:30 h | Clausura

**Miguel García Guerrero**

**César Nombela Cano**

Rector

UIMP