

Preguntas sobre la vejez

Después de este programa, muy impresionada por el cambio de opinión que se produjo en el plató de «L'Arène de France», decidí retomar uno tras otro los miedos y las cuestiones angustiosas que me habían asaltado al principio de mi investigación.

Nosotros, los jóvenes seniores, aún tenemos a nuestros padres vivos, que ya son ancianos. Ellos no nos ofrecen siempre una imagen envidiable de la vejez. Algunos se han vuelto dependientes o dementes. Ha sido necesario ingresarlos, no sin tristeza, no sin culpabilidad, en residencias o en centros especializados. No todos contamos con los medios que les permitirían vivir en sus casas asistidos por una persona fija, ni la voluntad de acogerlos en nuestras casas. Por tanto, hemos acompañado a nuestros padres con esta duda clavada en nuestro fuero interno: ¿envejeceremos nosotros solos, con el sentimiento de ser inútiles? ¿Nos dejarán encerrados, a nosotros también, en esos guetos para ancianos que son las residencias? ¿Acabaremos nuestra vida en la oscuridad de la demencia?

Preguntas sobre la vejez

Aunque todavía hay mucho por hacer a fin de que las residencias para ancianos dependientes o dementes sean lugares adecuados a donde vivir, ya existen varios ejemplos de sensibilidad en este terreno. Por fin, hay que reconocerlo, los cargos públicos son conscientes de que la apuesta de la sanidad pública pasa por el envejecimiento de la población. Han anunciado un buen número de programas, y nos corresponde vigilar que sean regulados por medidas concretas que resuelvan los miedos que nos acechan.

Pero todas estas iniciativas, estos proyectos, no serán eficaces a menos que nuestra generación, la que va de los cincuenta y cinco a los setenta y cinco años, la generación base entre los mayores y los más jóvenes, entiendan que el mayor objetivo es ser solidarios. Nosotros somos el «eslabón más importante de solidaridad en Francia», declaraba recientemente un ministro.³¹ Nos corresponde llevar a cabo todas esas buenas ideas que aparecen un poco por todas partes, esas «tertulias de cafés» que facilitan encuentros entre generaciones, esos pisos de ayuda social que aglutinan jóvenes parejas con niños pequeños y jubilados.³² Sabemos hasta qué punto a los ancianos les gusta el contacto con los niños. Me convencí de ello el día en que vi a una joven mujer llevar a su bebé y ponerlo sobre la cama de su padre, moribundo, en el hospital. Vi al anciano de mirada algo perdida y triste recuperarse, y a su rostro iluminarse con una hermosa sonrisa, colmado de felicidad.

Una amiga americana me comenta que hay un espacio público dentro de un centro comercial en Estados Unidos

La suerte de envejecer bien

donde los padres pueden dejar a sus bebés mientras hacen sus compras. Los que se ocupan de los niños son ancianos voluntarios, dirigidos por una asistente maternal acreditada.³³ Podemos imaginar el bien que les hace mutuamente este contacto.

Creo que medimos mal todo lo que hemos perdido con los cambios sociológicos de los últimos decenios. En el pasado, el contacto entre abuelos y nietos se producía naturalmente, cuando las grandes familias vivían bajo el mismo techo. ¡Hace falta haber caído muy bajo para no entender el ostracismo al que han sido condenados los ancianos para que ahora haga falta recurrir a una asociación a fin de poder establecer relaciones afectivas entre generaciones!³⁴

Jérôme, un joven estudiante de Ciencias Políticas, al que conocí hace poco en casa de unos amigos, me explicó que vivía en un gran piso del Barrio Latino en casa de una anciana señora de ochenta y cinco años. Supo de la acción «Un techo, dos generaciones», tutelada por los estudiantes de su escuela, quienes por otra parte habían redactado la carta del convenio de alojamiento, basado en un compromiso mutuo de discreción, de respeto, de confianza y de tolerancia. A cambio de unas horas de presencia, y de pequeños servicios, como cambiar una bombilla rota, subir botellas de agua, está confortablemente alojado en una habitación con cuarto de baño. Tres veces a la semana pasa la velada con esta anciana señora muy culta, viuda de un profesor de Derecho, pero muy sola porque no tiene

Preguntas sobre la vejez

hijos. Alguna vez van a un restaurante, pero normalmente se quedan cenando en casa donde escuchan música o ven una película. El hecho de compartir con este joven estos momentos de recreo la estimula. Se siente rejuvenecer. En cuanto a él, aprende mucho de ella porque ha sido una gran viajera y le explica con humor las aventuras vividas.

Tenemos miedo de volvernos transparentes, de no interesar a nadie más. «Eso que tenéis de precioso e importante para transmitir, ya no interesa a vuestra descendencia. Respecto a vuestra experiencia, es bastante simple, ¡se la pasan por el forro! –escribe Benoît Groult–. La única sorpresa que esperan de nosotros es un infarto, la fractura de un fémur, un accidente vascular cerebral o el lento horror del Alzheimer... ¿Cómo podemos sorprenderlos?»,³⁵ se pregunta.

A nuestra generación le corresponde luchar con esta marginación que sufren los ancianos y valorar todo lo que nos pueden aportar. ¿Por qué no inspirarse en la siguiente experiencia americana? En algunos barrios de Nueva York se organizan «tertulias de mayores» para que los que sufren por sentirse inútiles y solos puedan transmitir a las generaciones más jóvenes cierta sabiduría acerca de la vida. En estas tertulias, los ancianos se sientan en círculo en el centro y los más jóvenes alrededor. Siguiendo la tradición de los indios de América, un bastón que significa el turno de palabra, se coloca en el centro. Los mayores, siempre que lo deseen, pueden cogerlo y regresar a su sitio. Enton-

La suerte de envejecer bien

ces comparten sus reflexiones y experiencias con el resto del grupo. Así se elabora una sabiduría colectiva a la que cada uno contribuye.

Claudine Attia-Donfut se ocupa también de una iniciativa extraordinaria,³⁶ que lleva a cabo en colaboración con la Fundación nacional de gerontología. Se les propuso a octogenarios y a nonagenarios escribir cartas dirigidas a sus nietos. Estas cartas de personas reducidas al silencio por nuestra sociedad constituyen un documento inédito. Casi todas fueron redactadas por mujeres. En ellas hablan de sus alegrías y sus sufrimientos, de la vida que tuvieron y de la que tienen. Una de ellas me emocionó especialmente porque se dirigía a la conciencia de cada uno de nosotros. Es una mujer de noventa años que escribe a «sus queridos hijos» quienes tomaron, en su lugar, la decisión de que viviera en una residencia. «Quisiera decir a las familias: hablad con vuestros padres. Es su vida la que estáis manipulando. Nosotros no somos juguetes. A nuestra edad, todo nos lo tomamos a pecho, una nada nos hiera. Por ello, por favor, cuando empecemos a ser una carga, no nos consideréis como títeres desprovistos de sentimientos. Habladnos. Dejadnos ser, aunque sólo sea un poco, actores de nuestra vida. Gracias.»

Planteémonos la cuestión, angustiosa como pocas: ¿qué hacer con nuestros viejos padres el día que ya no sean independientes, cuando ya no puedan conducir su coche o hacer sus recados? ¿Y nuestros hijos, qué harán con noso-

Preguntas sobre la vejez

tros cuando lleguemos a ese estado? Este interrogante nos inquieta. Porque todos quisiéramos envejecer y morir en nuestras casas, en el lugar donde nos sentimos mejor. Es ahí donde están nuestros hábitos, nuestros recuerdos. Donde vivimos a nuestro ritmo. Donde podemos recibir a quien queramos. Muchos de nosotros preferimos la idea de envejecer en nuestras casas, incluso aunque corramos el riesgo de sentirnos indispuestos o tener un accidente. Sin embargo, incluso con todas las ayudas a domicilio que existen hoy en día,³⁷ incluso con los avances de la robótica y los dispositivos para detectar las caídas, las fugas de gas y otras anomalías, puede ser que la pérdida de autonomía física, y a veces mental, haga que sea imposible permanecer en nuestra casa.

Todos los testimonios sobre la infelicidad que sienten los que terminan sus días en una institución y la mala reputación de las residencias han contribuido a que nos lo replanteemos todo. Ahora, algunas familias ya no dudan en acoger de nuevo a un pariente en sus casas. Se calcula que una de cada cinco personas de ochenta años vive con su familia. Pero esta solidaridad entre hijos y padres representa un esfuerzo.³⁸ Es una elección que implica duras obligaciones y mucha ternura. Por ello hay que estar preparado. De lo contrario, la realidad se impone rápidamente sobre los buenos sentimientos. Tener a un anciano en casa puede ser tan devastador que puede convertirse en algo insoportable. Un cierto maltrato –en el seno de las familias– encuentra ahí su origen. La cohabitación con un

La suerte de envejecer bien

anciano es ciertamente posible, pero con dos condiciones: estar bien organizado y entenderse bien con su familiar anciano.

Los poderes públicos cada vez son más conscientes de la necesidad de apoyar lo que llamamos «asistentes naturales». La financiación de un permiso para cuidar a un familiar, la creación de centros de acogida temporal, fomentar el voluntariado,³⁹ son pistas interesantes.

Unos amigos belgas, muy implicados en el voluntariado de acompañamiento, se lanzaron a una experiencia interesante, tomada de Québec: el campamento.⁴⁰ Uno y otro van con su petate a instalarse algunos días en casa de familias que tienen un familiar enfermo de Alzheimer y que necesitan coger vacaciones. Se instalan una o dos semanas y se ocupan por completo del enfermo. Un cuaderno de bitácora permite que cuando regresen los familiares puedan ponerse al corriente de los sucesos cotidianos.

La personalidad del familiar anciano que acogemos en casa, su capacidad de envejecer bien, quiero decir, de aceptar las pérdidas que le inflige la edad sin dejar de desplegar bondad, su capacidad de coger altura cada vez que surgen conflictos, celos, o simplemente cuando el hastío contamina la situación, todo esto desempeña un papel determinante en la cohabitación.

Una pareja amiga, Pierre y Georgina, decidió hace dos años acoger en su casa a Chantal, madre de Georgina. Numerosas caídas, pérdida de memoria, dificultad a la hora de hacer sus recados marcaron un principio de dependen-

Preguntas sobre la vejez

cia. La pareja lo meditó mucho. La relación entre madre e hija era muy intensa. La cuantía de la pensión y el tamaño de la casa permitían lanzarse a esta aventura o, al menos, intentarlo. «Me hubiera reprochado no probarlo», me confió Georgina.

Chantal se instaló. Para ella tampoco era fácil dejar su casa y aterrizar en casa de su hija. Ya no estaba en su casa. Experimentaba sentimientos contradictorios: la tranquilidad de vivir protegida, en una intimidad que le gusta con su hija y con su yerno al que aprecia, pero también la angustia ante el porvenir. ¿Cómo iría evolucionando la situación con el tiempo, con una pérdida cada vez mayor de su autonomía? Ella presentía que, poco a poco, los asuntos de la vida cotidiana no los podría controlar: la administración de sus asuntos, de su cuenta en el banco. ¿Cómo viviría su hija esta inversión de roles ya que ella pasaría a ser una especie de hija de su hija? ¿Cómo soportaría Pierre esta intrusión permanente de un tercero en su vida de pareja? ¿Qué harían para aceptar sin acritud no tener más fines de semana ni vacaciones, o tener que levantarse por la noche para atenderla?

Georgina y Pierre, conscientes de las dificultades que se podían presentar, decidieron, no obstante, vivir el presente. ¡Cuánta sabiduría! Hasta ahora, este cambio en su vida está sobradamente compensado por la riqueza de intercambios con Chantal. Una mujer dulce y paciente. Tiene el don de saber recibir, y es un placer ocuparse de ella. ¡Parece tan feliz con todas las atenciones que recibe de la

La suerte de envejecer bien

pareja! Aprovecha con alegría sus sonrisas y sus caricias. Se torna ligera, consciente del peso que representa.

Un día, sin duda será preciso ingresarla en una institución, es un hecho que no está excluido y del que han hablado con Chantal. Pero, por ahora, acumulan buenos momentos.

Escuchando este testimonio podemos medir hasta qué punto esta convivencia puede ser una experiencia humanamente rica, pero tiene un precio. Requiere un gran esfuerzo y mucho amor.

Entre envejecer en casa, con una vejez que se presenta difícil, y la residencia, tan temida, de forma que muchos la consideran como una verdadera prisión, ha aparecido una solución intermedia, los hogares-residencia. Este tipo de residencia respeta el espacio privado, con una habitación en la que cada uno puede tener sus propios muebles, vivir a su ritmo, ir y venir, beneficiándose al mismo tiempo de un espacio común si se desea comer acompañado o participar en actividades de grupo.

En Montreuil se ha puesto en marcha un hogar-residencia para mujeres jubiladas, y la experiencia merece ser contada. Tres septuagenarias han trabajado en el proyecto durante más de diez años.

La Maison des babayagas –en referencia a las abuelas rusas– aloja a diecisiete mujeres de más de sesenta años, viudas, solteras o divorciadas. Cada una dispone de un estudio de treinta y cinco metros cuadrados, en condiciones de vivienda social. En la planta baja hay zonas comunes

Preguntas sobre la vejez

para actos culturales o sociales y actividades colectivas. En el sótano está prevista una piscina. Es una residencia que se autogestiona, autónoma. Es decir, funciona con la mínima ayuda externa, tanto médica como doméstica; propone, sin imponer, una vida colectiva así como actividades fuera de la residencia, y divide ciertos gastos para compensar las jubilaciones reducidas de mujeres que han tenido que anteponer sus hijos al trabajo. «Una anti-residencia... una verdadera muralla contra el aislamiento».⁴¹

He aquí un hermoso proyecto hecho por mujeres que quieren seguir siendo libres, no ser una carga para sus familiares y, sobre todo, no ser tratadas como niñas, unas mujeres que quieren luchar contra el aislamiento, crear un entorno amigable y comprometido. Los hombres pueden visitarlas, pero no vivir allí.

Las *babayagas* desconfían del poder del médico y la consideración de la vejez como una enfermedad. Creen que «las enfermedades de los viejos son con frecuencia enfermedades fruto del aburrimiento y el aislamiento».

El límite de su proyecto es que no está ideado para alojar a personas dependientes o aquejadas de una enfermedad degenerativa avanzada. Si una de las *babayagas* se deteriora hasta ese punto, deberá ser trasladada a un lugar donde pueda ser tratada por médicos. Pero en la medida de lo posible, está previsto que las mujeres que están en buena forma se hagan cargo de las minusvalías de las demás. Porque la ética que tiene que unir a estas jubiladas es la solidaridad.

La suerte de envejecer bien

En prevención de los inevitables conflictos que conocen todas las comunidades, las fundadoras, Thérèse, Suzanne y Monique, han pensado en la presencia regular de una mediadora. «Esta idea requiere una gran exigencia de cada una. Hay que desligar bien lo que pertenece al ámbito colectivo del de la intimidad.»

La ambición de esta «utopía realista» es integrarse en la oleada del movimiento sénior que turba a la vieja Europa; y desearía inducir la creación de otros proyectos en otros sitios.

Gran parte de este libro lo escribí en una pequeña casa que mandé contruir en la isla de Yeu. Durante una cena entre amigos hablamos de nuestra vejez y del lugar donde nos gustaría envejecer. Ninguno de los comensales quería acabar sus días en una residencia. Una vez más pude verificar el horror que esta idea suscitaba entre hombres y mujeres de mi generación.

«Deberíamos inventar algo parecido a una comunidad, sugerí. En la Edad Media, en Bélgica, se reunían las viudas en grupos de ocho para formar una pequeña comunidad de personas que estaban envejeciendo (*les béguines*) decididas a ayudarse mutuamente en esta última etapa de la vida. Vivían solas, en pequeñas casas adosadas, alrededor de una iglesia y un jardín. Se trataba de vivir juntas, respetando la libertad de cada una, con un compromiso de solidaridad y colaboración. En aquellos tiempos, el reparto de las labores se distribuían alrededor de la jardinería y de

Preguntas sobre la vejez

las liturgias religiosas. Cuando una de ellas moría, las otras la acompañaban. Después escogían a un nuevo miembro de la comunidad. Ya que nos gusta tanto esta isla, ya que algunos contamos con la suerte de tener nuestras casas, tan próximas las unas de la otras, ¿por qué no nos constituimos en una comunidad moderna, una comunidad mixta, evidentemente? Cada uno viviría en su casa, tendría su libertad, pero idearíamos actividades comunes: caminar alrededor de la isla, arreglar nuestros jardines y, por qué no, reunirnos regularmente para una práctica espiritual, como la meditación o la contemplación. Y si alguno de nosotros enferma o se vuelve dependiente, podríamos relevarnos de manera que siempre estuviera alguien a su lado para que pudiera permanecer en su casa en lugar de tener que ir a una residencia de ancianos. Habría un contrato de solidaridad entre nosotros.»

Mi propuesta suscitó una conversación muy animada. Algunos no se imaginaban envejeciendo en la isla. Querían viajar *ad vitam aeternam*, recorrer todas las rutas del mundo. Sobre todo no quedarse quietos. Uno se rebeló citando el poema de Baudelaire «Le Voyage» que nos lleva desde la inmensidad del espacio del niño al espacio limitado del anciano: «Un oasis de horror en un desierto de tedio». El hombre se preguntaba si la isla no se convertiría en este espacio de horror si decidiera quedarse para siempre.

«¿Pero qué harás el día en que ya no puedas viajar? –le replicaron—. Será preciso que te quedes en algún sitio. ¿O no?» Al final de la cena, la mayoría de mis amigos, aque-

La suerte de envejecer bien

lla noche, se sumaron a la idea de un nuevo tipo de comunidad. Es cierto que el propósito de quedarnos en nuestras casas, construyendo a lo largo de los años una cadena de solidaridad lo suficientemente sólida como para poder respaldarnos los unos a los otros, en caso de dependencia, incluso de demencia, es un proyecto que se sostiene. No hay ninguna implicación financiera ni jurídica, todo se funda en un contrato moral.

Nuestro anfitrión se pregunta entonces si la amistad de vacaciones que nos une ahora será lo bastante fuerte y duradera como para resistir el paso del tiempo, el envejecimiento de unos y otros. Evocamos los cambios de carácter y humor de los ancianos que se vuelven a veces insoportables. ¿Cómo estar seguros de que no cambiará nuestra manera de ser? Sería necesario, efectivamente, que el lazo espiritual entre nosotros fuera muy sólido. Las *béguines* de la Edad Media se reunían alrededor de una práctica religiosa. No es nuestro caso. Algunos de nosotros creen en Dios, otros no, algunos rezan, otros no. ¿Qué tenemos nosotros en común en el plano espiritual? Valores humanistas de respeto, de consideración al otro, de solidaridad, un gusto indudable por la naturaleza, una capacidad común de maravillarnos ante la infinita diversidad de los cielos, un gusto por el silencio, y sobre todo la certeza de que en el fondo lo importante es amar. ¿No es suficiente como bagaje espiritual?

La cuestión ha quedado abierta. Sigue su camino. En todo caso nos parece mejor que esos guetos de ancianos

Preguntas sobre la vejez

que son las residencias actuales. Sin embargo, un día, quizás uno de nosotros se verá obligado a ingresar a un familiar en una institución. ¿Tal vez nuestros hijos no tendrán otra opción respecto a nosotros?

Uno de mis amigos, director médico de instituciones para personas enfermas de Alzheimer, fue a Marruecos con el fin de estudiar las condiciones de cara a una hipotética implantación de residencias. ¿Por qué? Muchas personas podrían vivir su jubilación confortablemente en un país donde el coste de la vida es menos caro, y donde no tienen ninguna dificultad en encontrar personal competente, disponible, humano, cálido. Pero eso, me dijo, le ocasionaba un problema ético: ¿de verdad era humano exportar a nuestros ancianos, enviarlos a vivir lejos de su casa, de su país, de sus hijos?

Sin embargo es lo que han hecho en Japón, donde proyectan enviar a sus ancianos a «reservas» compradas en la costa este de África. Es lo que se hace también en Estados Unidos, donde se construyen hospicios comunitarios de lujo. Suncity, en Arizona, es una urbanización cerrada, con puestos de vigilancia. La ventaja es que los seniores se sienten protegidos de cualquier agresión exterior, y que la ciudad ofrece todo tipo de asistencia para los dependientes. Pero el inconveniente es que viven excluidos del mundo.

Este médico se pregunta si, a pesar del sol, el clima más agradable, la amabilidad de los marroquíes, los ancianos

La suerte de envejecer bien

que acudan a vivir en estas residencias, ¿no padecerán un desarraigo mucho mayor del que ya viven en Francia? Exiliándose, ¿no se hará definitiva la ruptura con sus hijos? Escuchándole me resulta imposible no recordar aquella frase de Hassan II: «El día que Marruecos ponga la primera piedra destinada a una residencia de ancianos, habrá que preparar una tumba para Marruecos porque, ese día, nuestro país habrá abandonado a su familia, y cuando un país abandona a su familia, se condena para siempre.»⁴²

En esta frase podemos medir el abismo que separa nuestros países ricos, donde los viejos ya no tienen sitio, de los países del Magreb, de África o de Asia, donde semejante marginación es impensable.

He reflexionado sobre esta eventualidad, que me podría pasar también a mi. Me gustaría que mis hijos me ayudaran a escoger una buena residencia, confortable, alegre, con personal profundamente humano; que nos lo tomáramos con tiempo para visitar varias. Me consta que ahora esta elección es posible. En un mercado hasta ahora muy oculto ha aparecido la primera guía⁴³ de residencias para ancianos; en ella se pueden comparar servicios y precios.

A continuación, me gustaría contar con un tiempo de preparación para esta última mudanza. Lo peor, me parece, es ingresar contra nuestra voluntad en una residencia que no hemos escogido. Es necesario llevar a cabo una aceptación interior y esto requiere tiempo. Aceptar no ser autónoma sin por ello sentirme disminuida, aceptar con-

Preguntas sobre la vejez

fiar mi cuerpo en manos de otros con gratitud. He observado, con detenimiento, cómo los que lo saben hacer con gentileza, sin sentirse avergonzados o humillados, ayudan a las enfermeras a atenderlos con respeto y atención. La gentileza, la gratitud y el humor son las mejores garantías para una adaptación exitosa.

Quisiera, cuando llegue el momento, recordar la frase de Ram Dass que tanto me hizo reír: «He aprendido a querer a mi silla de ruedas (a la que llamo “mi góndola”) y a que me guste dejarme empujar por personas solícitas. ¡Bien que transportaban a los emperadores chinos y a los maharajas en palanquines! ¡En otras culturas, ser llevado y empujado es un signo de honor y de poder!».

Y, finalmente, releeré dos libros que creo me ayudarán a recordar que la libertad del hombre es tan grande que puede transformarlo todo. Como bien dice el filósofo Robert Misrahi, el anciano que ya no puede moverse, destinado a vivir en un espacio limitado, atado a la cama o al sillón, puede hacer de este espacio materialmente empobrecido, un espacio «poéticamente transfigurado».

El primero es un libro que yo misma traduje del americano y del que también hice el prólogo en 1998.⁴⁴ Se trata del itinerario de un viejo profesor de universidad que padece la enfermedad de Charcot, la cual le va paralizando progresivamente. Ante esta disminución insoslayable y dolorosa de su espacio, el anciano aprendió a dilatarlo, es decir, a percibir con ingenio todo lo que se encuentra más allá de él, en un movimiento que Merleau-Ponty califica-

La suerte de envejecer bien

ba de «prolongación milagrosa del cuerpo». De esta manera, aunque inmóvil en su cama, al mismo tiempo podía experimentar su capacidad de sentir más allá de sí mismo, facultad que los griegos llamaban *hapsis*. «Siente» el árbol, que ve a través de la ventana de su cuarto. Y lo aprecia. Él «está» en sus ramas, «siente» el viento que las acaricia. Así, pese a que poco a poco se iba paralizando, experimentaba una forma de libertad con alegría.

Enfrentado a su dependencia casi total, la peor desgracia en un mundo que valoriza el dominio y el control, el anciano aprende, dice, a «amarla» recobrando aquellos años en que le gustaba que se ocuparan completamente de él, y que él nunca olvidó del todo.

«Empecé a amar mi dependencia —admite el anciano—. Ahora me gusta que me giren sobre un lado y que me froten las nalgas con una crema para evitar la descamación. Me gusta que me enjuaguen la frente o que me den masaje en las piernas. Me deleito. Cierro los ojos y aprovecho cada instante. Es una sensación familiar. Es como volver a la infancia. Alguien te baña, alguien te lleva. Alguien te seca. Todos sabemos cómo volver a ser niños. Está registrado en nuestro interior. En lo que a mí respecta, se trata simplemente de recobrar el placer que sentía cuando era niño. Cuando nuestras madres nos llevaban en sus brazos, nos acunaban, nos acariciaban la cabeza, la verdad es que nunca teníamos bastante.»

El viejo profesor nos propone aquí un punto de vista del todo original sobre la dependencia y esta libertad que

Preguntas sobre la vejez

tenemos para hacer de un espacio reducido, empobrecido, «un espacio poéticamente transfigurado».

El segundo libro que me llevaría es *Cahier de Marie*,⁴⁵ diario de una anciana de corazón tierno y mirada aguda, que acaba de entrar en una residencia. Ella describe, a grandes rasgos, cómo son sus nuevas amigas, sus vecinos, el personal. Escribiendo, cada domingo por la noche, después de la cena, transforma el toque de queda en una «calma agradable».

Lejos de encerrarse en ella misma, Marie observa, escucha, intenta comprender a los demás. Nos damos cuenta entonces, leyendo su crónica, de que toda una vida se abre, interior y exterior. Así intenta compartir el universo de los más perdidos. Como Hubert, un pobre viejo que se balancea repitiendo: «Tetas, tetas». «Después de la siesta me siento cerca de Hubert. La semana pasada me senté frente a él y me balanceé, como él. Se paró; yo también. Nos miramos. Y en ese momento, si no tuviera miedo de las palabras solemnes, diría que nuestras almas se encontraron.»

Marie tiene una manera maravillosa de mirar las cosas y a las personas que la rodean en esta residencia. Una mirada llena de vida, de humor y de ternura. Siempre preocupada por los demás, participa en todo, en el taller de cerámica, en las fiestas, de buena gana. Ya no se queja de las reglas impuestas para levantarse, para asearse, para comer, para las actividades, porque ha redescubierto el tiempo de

La suerte de envejecer bien

la niñez. «Lo importante ya no es correr para hacer algo sino pararse para soñar, mirar el cielo, hablar con una vecina. Es respirar el olor del café que se insinúa entre el del desinfectante, sentir su cuerpo, cambiar con los ojos.» Sin embargo no es nada tierna con la hipocresía, con lo que se oculta, con la manera de esconder la muerte cuando se lleva a uno u otro, la ausencia de los rituales del adiós.

Lo más conmovedor en la crónica de Marie es la «limpieza a fondo» que hace de lo que fue su vida, dulcemente, a medida que los recuerdos vuelven, las aflicciones que hay que redimir, el perdón que hay que concederse. «Es muy duro perdonarse a uno mismo... Cuando pienso en todas esas personas a quienes he entristecido, a quienes he herido, algunas veces incluso sin darme cuenta; ahora que soy vieja, comprendo cuán importante es la delicadeza. Me gustaría saber si otros sienten lo mismo que yo.» Ahora que es vieja, a Marie le gustaría encontrar a personas que le ayudaran a reflexionar, y que la pudiesen guiar.

Y luego están esas olas de gratitud que crecen en ella. El deseo de dar las gracias a todos aquellos a los que amó, a las personas que conoció, por esas mil y una pequeñas cosas que marcaron su vida.

Nos damos cuenta de que todo depende de la manera con la que observamos la vida. La residencia, eso puede ser un horror, una vida enclaustrada. Si se experimenta como sufrimiento, si uno se recluye sobre sí mismo, podemos tener el sentimiento de vivir en un lugar donde todo está muerto, pero si mantenemos el corazón abierto, como

Preguntas sobre la vejez

Marie, todo puede ser motivo de relación, de ternura, de vida.

Así pues, leo este fragmento conmovedor: «Nathalie ha entrado. Se ha acercado a mí para decirme suavemente: “Buenos días, señora T., y feliz cumpleaños, hoy es su aniversario. Hace un tiempo espléndido”. Ha entreabierto los postigos. “En verdad hace un precioso día de verano.” Nathalie se ha sentado a mi lado y me ha preguntado: “¿Qué le puede hacer feliz?”. Le he contestado: “Que me dijeras: “Feliz aniversario, mi pequeña Marie”. Entonces ha hecho algo fantástico. Me ha abrazado y me ha acariciado la frente. “Feliz cumpleaños, mi pequeña Marie.” Y yo he podido llorar liberándome así del peso que aplastaba mi corazón, sintiendo que las manos ajadas de mi madre me acariciaban la cara».

Marie revive recuerdos felices que saborea. «Los revivo y luego hago otra cosa. Me voy a pasear, me siento en el vestíbulo, bajo a la sala de actividades. Miro, escucho; mi corazón late. Tengo la impresión de que aprendo a vivir. Es tiempo de que lo haga porque soy bastante vieja para acabar... y bastante joven para empezar. Si explicara esto, pensarían que estoy loca. ¿Por qué me he vuelto sabia?»

«Lo esencial de una vela no es dónde está colocada; es la luz que irradia hasta que se extingue», concluye. Si nos hemos convertido en ancianos llenos de luz, finalmente importa poco el lugar donde terminaremos nuestros días.

La suerte de envejecer bien

Fui a pasar un día en una de las residencias de Villas Épidaure, una bonita casa en La Celle-Saint-Cloud, que alberga a ochenta y cuatro enfermos de Alzheimer. La arquitectura está ideada para que no dé la impresión de ser una gran institución, sino más bien una casa de huéspedes, con siete unidades unifamiliares que parecen pequeños *kibbutz* que acogen a doce enfermos, cada uno bajo la responsabilidad de una gobernanta.

La filosofía de la institución es profundamente humanista. Una reflexión constante anima a los equipos a que guarden respeto hacia los pacientes y a que escuchen a sus familiares. Ya que son ellos los que más sufren. He asistido a uno de los coloquios en los que los familiares van a expresar sus problemas y sus sentimientos, lo cual acaba por ser muy doloroso cuando el familiar enfermo entra en la fase final, que en ocasiones dura mucho tiempo. Aquellos lectores que han vivido esta situación saben lo que se siente durante la visita a un familiar que ya no lo reconoce en absoluto. Acaba por resultar irreal. Y cuando la situación se alarga, uno se plantea mil preguntas. ¿Qué debe sentir? ¿Para qué mantener con vida a una persona con la que todo tipo de comunicación es imposible? Algunas familias se sienten abrumadas al soportar esta carga. Se vuelven agresivas. Se enfrentan a problemas éticos de una particular gravedad. Porque, sin ninguna duda, el 90% de estos enfermos no habría deseado vivir así. Desde la votación de la ley «Derechos de los enfermos y el final de la vida», que establece el derecho de respetar el

Preguntas sobre la vejez

rechazo a recibir tratamiento y condena la obstinación poco razonable, algunas decisiones resultan difíciles: ¿hay que suministrar un antibiótico a una persona, en el estado 3 de la enfermedad, si sufre una neumonía? ¿Hay que alimentar por sonda gástrica a una persona que rechaza comer?

Limitar o parar el tratamiento obliga a preguntarse si se actúa de forma correcta. La familia, como las enfermeras, tienen actitudes ambivalentes. Se evidencian las discrepancias, los desacuerdos. Los hijos que han mantenido una buena relación con su padre aceptan más fácilmente su deterioro y su muerte. Lo que no sucede con aquellos que han tenido una relación turbulenta.

Las últimas disposiciones legislativas obligan ahora a los equipos a una nueva reflexión acerca de lo que se da por llamar el «dejar morir». Una actitud difícil para las enfermeras si sienten afecto por el enfermo, como suele suceder.

He conocido a la esposa de un enfermo que ha llegado al último estadio de Alzheimer. Con mucho pudor me explica la evolución de la enfermedad de su marido. El silencio desgarrador con el que él acogió el diagnóstico, después los cambios de humor y la agresividad, testimonio de su angustia. Y aunque entre ambos existía una relación muy estrecha, jamás le dijo nada acerca de su tormento. Cuando el psiquiatra que lo llevaba le dijo que había que pensar en trasladarse a una institución especializada, él cerró los ojos y no los volvió a abrir hasta su mar-

La suerte de envejecer bien

cha. Desde entonces parece haberse enclaustrado. «Jamás ha pedido volver a ver nuestra casa.» Para ella, esta separación fue muy dura. Jamás se habían separado. Al principio iba a verlo todos los días, escuchaban música, lo llevaba a dar un paseo. Y entonces una tendinitis la obligó a espaciar sus visitas. Ahora cree que él ya no la reconoce, pero su sensibilidad sigue tan flor de piel como siempre. Alguna vez se le llenan los ojos de lágrimas al escuchar música. Ella continúa yendo por fidelidad. Lo que la tranquiliza es que, desde el principio de su estancia en Villa Épidaure, él se dejó cuidar con confianza. Miles de personas sufren, como esta mujer, por tener que asistir impotentes al declive de un ser querido. Y sin embargo, hasta el final, lo acompañan.

Entre los miedos que mencionaba, al principio de este libro, el más temido es acabar nuestra vida dementes e imponer este peso a nuestro entorno. Es cierto que cada uno de nosotros espera estar a salvo. No obstante, personalmente he meditado sobre aquello que podría ayudar a asumir esta enfermedad si yo misma o uno de mi familia algún día enfermamos. Creo que tener la certeza de que existen instituciones humanas, como esta sobre la que acabo de hablar, es un pensamiento que me reconforta.

El documental de Laurence Serfaty, *Alzheimer jusqu'au bout de la vie* (Alzheimer hasta el final de la vida), filmado en Quebec, relata la vida cotidiana en un sitio piloto, la casa Carpe Diem. Aquí encontramos imágenes que pueden modificar la idea tan pesimista que tenemos sobre esta

Preguntas sobre la vejez

enfermedad. Los enfermeros se esfuerzan por encontrar en las personas que progresivamente se hunden en la noche «lo que todavía funciona». Sentimos que quieren a sus pacientes, rechazan hacerse cargo de una manera estandarizada para adaptarse a cada persona. Así, viendo esta película, obtenemos la convicción de que podemos terminar nuestra vida conservando nuestra dignidad y nuestra integridad, incluso si padecemos esta enfermedad que tanto miedo nos produce. Convicción que podemos transmitir a un demente si mantenemos algún lazo con él. Aún más, hay que estar convencido de que vale la pena para que este siga siendo «una persona y no el resto de un ser humano disminuido y definitivamente proscrito».

Estos testimonios tranquilizan, pues, mis propios miedos si llegara el día en el que tuviera que llevar a un familiar a este tipo de institución. Como bien dice Christian Bobin: «La enfermedad de Alzheimer quita todo aquello que la educación ha puesto en la persona y el corazón sale a la superficie. Es con los ojos con lo que hablan, y lo que veo en ellos me explica mucho más que lo que leo en los libros... De la casa de reposo regreso con una necesidad de tocar, aunque sea de pasada, el hombro de algún desconocido y un mayor recelo de los discursos».

¿Acaso no deberíamos decir que incluso los ancianos más vulnerables tienen algo que transmitirnos? Si es así, es necesario luchar contra la idea tan extendida de que los dementes ya no pueden aportar nada, y que su vida, en estas condiciones, ya no es vida.

La suerte de envejecer bien

La idea de que, incluso demente, podría aportar algo a los míos, es el segundo pensamiento que me ayuda a imaginar lo peor.

Recientemente he recibido el testimonio de una mujer de mi edad que dice haber encontrado un sentido a la enfermedad de su madre. La enfermedad, dice, ha conseguido colmar una antigua carencia. «Finalmente tengo la posibilidad de mimarla, abrazarla y demostrarle todo mi afecto. Me permite expresarle todo cuanto antes no pude porque, antes de su enfermedad, era fría y distante.»

La enfermedad de Alzheimer sigue siendo un misterio. Circulan teorías acerca de causas que provienen del entorno. La soledad, por ejemplo, puesto que un estudio americano refleja que una persona anciana que viva sola tiene el doble de posibilidades de contraer esta enfermedad. Las asociaciones de los familiares de los enfermos de Alzheimer se sienten agredidos por esta hipótesis. Prefieren la hipótesis de la biogénesis, que no compromete su culpabilidad. Creo que hay que evitar ser maniqueo. Es sin duda una enfermedad multifactorial, y otras teorías, ciertamente más confidenciales, hablan de causas psicológicas o causas derivadas de acontecimientos. El psiquiatra Jean Maisondieu no duda en plantear que esta enfermedad pueda ser «un grito, un rechazo, una especie de suicidio social e intelectual». ¿Por qué una persona decide estar muerta antes de morir? ¿Por qué ocultarse? Para no ser testigo de su propio deterioro, testigo de su propia muerte, sugiere.

Preguntas sobre la vejez

Aude Zeller,⁴⁶ psicoterapeuta, ha publicado un libro sobre los seis años de la decadencia de su madre. Escribir acerca de la degeneración física y mental de personas enfermas de Alzheimer es relativamente raro. Es un tema tabú. Pero la mirada que Aude Zeller hace sobre esta dolorosa realidad es tan profunda y novedosa que merece que la mencione. La demencia senil no sería únicamente una simple destrucción de las capacidades mentales y físicas de un individuo. Lo que exteriormente parece una regresión podría ser también la oportunidad de llevar a cabo una lenta y última transformación.

He aquí una teoría original, una teoría que nos puede ser de gran ayuda. Cuando la degeneración obliga a retroceder al anciano deficiente a un estado de dependencia parecida a la de un niño pequeño, ello le permite restituir una organización mental en la que el miedo a la muerte ni siquiera existía. Es, por tanto, una manera de prepararse para morir. Entenderlo puede permitir al entorno acompañar esta regresión, potencialmente portadora de sentido, más allá de lo absurdo.

Así pues, seguimos el relato de esta caída vertiginosa en la demencia, lo que Denyse llama su «desaprendizaje», apodando así a su pérdida progresiva e implacable de todo cuanto había contribuido a su identidad de mujer. Pérdida de la vista, del oído, del habla, pero también de la movilidad de sus manos y, por tanto, de su autonomía. «Cuando ya no podemos coger un vaso para beber ni un tenedor para comer, ni rascarnos la nariz porque nos ape-

La suerte de envejecer bien

tece, el nexa con el cuerpo se hunde en la ciénaga fangosa y pegajosa de la dependencia total.» Pérdida de su poder sobre los demás, pérdida de todo dominio sobre sí mismo y subidas de tono agresivas, a veces groseras, casi siempre delirantes. Regreso de lo reprimido, es así como Aude Zeller denomina a estos desenfrenos entre los que le es muy difícil reconocer a su madre.

Sin embargo, ella intenta comprender qué representan. Su madre nunca sintió que podía mostrar sus más ocultos deseos. Hay toda una vitalidad sexual que mantuvo escondida, y ahora intenta liberarse de sus antiguas barreras morales. «Sus arrebatos delirantes aludían al amplio tema de los daños ocasionados a su sensibilidad de mujer. Había, por tanto, un sentido pese a sus dolorosos efectos. Era mejor no contariarla sino escucharla.»

Pese a las apariencias, nos dice Aude, la persona demente tiene una cierta conciencia difusa sobre la distorsión que efectúa de la realidad. Sería un enorme e irrespetuoso engaño comportarse como si no pasara nada. Ya que las divagaciones son «una tentativa desesperada hacia lo amplio, lo inabarcable, lo inmenso», todo por lo que la persona demente se siente marginada debido a las penalidades de la vejez.

Pero descubrimos que, cuando todo está casi perdido, todavía queda lo esencial: «Un año y medio antes de su muerte, cuando acababa de leerle un salmo de su Biblia e invocábamos juntas la bendición de Dios de acuerdo a sus antiguas costumbres y a su vida espiritual, levantando

Preguntas sobre la vejez

unos ojos extraviados, y para mi gran sorpresa, me respondió: “Esto, todavía no me lo han desaprendido” .».

Muchos de mis colegas psicoterapeutas parten de esta hipótesis en la que la enfermedad de Alzheimer sería una forma de ausentarse progresivamente de la vida, para no tener que afrontar la llegada de la muerte.

Una historia reciente apoya esta hipótesis. El hombre que me la ha explicado tiene casi sesenta años. Vive en Madagascar y, cada seis meses, viene a Francia para ver a sus hijos y, sobre todo, a su padre ingresado en una institución para enfermos de Alzheimer. Su padre ha llegado al último estadio de la enfermedad, ya no reconoce a su hijo. Este, completamente agotado, antes de Navidad le dijo: «Papá, ¿por qué sigues aquí? ¿Qué haces todavía en esta vida?». No le fue fácil hacerle esta pregunta, siendo como es tan tabú abordar el tema de la muerte. Pero entonces su padre le miró fijamente a los ojos y le respondió: «No es fácil dar el paso». A pregunta clara, respuesta clara.

Siempre he pensado que si los familiares de personas dementes les hablaran con claridad, obtendrían respuestas que demuestran que toda la conciencia no está apagada.

En lo que a mí respecta, les he pedido a mis hijos, si llegara a caer en la demencia, que acataran mi voluntad de no ser mantenida con vida más allá del estadio donde ya no los reconociera. Les he pedido que me hablen claro, como si mantuviera mi juicio, tal como hizo mi amigo de Madagascar. Porque estoy íntimamente convencida de

La suerte de envejecer bien

que «algo» en mí, sin duda muy escondido en mi inconsciente, percibirá, sin embargo, lo que me hayan de decir. Me tranquiliza pensar que la ley «Derechos de los enfermos y final de vida» refuerza mi derecho a rechazar tratamientos que me obligarían a vivir, así como mi petición a los médicos para que tengan en cuenta mis indicaciones, hechas con anterioridad.

Si se reúnen todas estas condiciones: una institución humana, hijos que me hablan con toda claridad, médicos que respetan mi deseo de no continuar viviendo más allá de cierto estadio, en este caso me parece que la perspectiva de tener que finalizar mi vida enferma de Alzheimer es menos penosa. Y todavía lo es menos si, como lo presiento, el proceso de realización de uno mismo prosigue en lo más hondo de mi ser.

«Lo acabamos de constatar a través de estos testimonios: sea cual sea el lugar donde terminaremos nuestros días, la dimensión humana puede estar presente. Esto es lo que necesitamos defender, en un mundo a veces demasiado técnico, donde se olvida que se trata de personas. Tenemos muchas razones para pensar que esta humanidad y esta dignidad que deseamos para nosotros mismos, y para nuestros familiares, irá en aumento; ya que los poderes públicos han comprendido la dimensión del fenómeno del maltrato⁴⁷ y un buen número de instituciones no han esperado las reglas con las que humanizar el final de vida de los ancianos que les han sido confiados. Hemos visto el

Preguntas sobre la vejez

ejemplo de la Villa Épidaure, pero lo he podido constatar muchas veces, con ocasión de un recorrido por las regiones de Francia que tuve la suerte de hacer en el contexto de la misión que me confió Philippe Douste-Blazy.⁴⁸ Recuerdo, especialmente, el hospital local de Mortain, en la baja Normandía, en el que todo el personal, desde el cocinero hasta el médico, ha sido formado para ofrecer una atención personalizada a cada persona.

Si lo que queremos es que un anciano pueda seguir siendo «un ser humano» hasta el final, hay que tratarlo, como hacemos con los recién nacidos, con respeto, atención y ternura. Hay que enseñar a los enfermeros a poner en duda toda la técnica aprendida sin ternura y sin presencia. Ante todo hay que dejar de tratar al enfermo como si fuera un objeto de salud al que manipulamos sin respeto, y conseguir un contacto distinto, lleno de humanidad. Si un enfermo común puede, en última instancia, aceptar que le toquen como si fuera una cosa, porque es útil, necesario, comprendemos que una persona muy vulnerable, o demente, no diferencie entre un cuidado correcto de un cuidado agresivo. Si la tocamos, sólo puede ser con dulzura y bondad. Existen pedagogías⁴⁹ que enseñan una metodología fundada en la relación, la presencia y el tacto.

La «filosofía de lo humano» y el método Gineste-Marescotti sitúan la relación humana en el centro de los cuidados. Cada vez con más frecuencia las residencias acuden a este tipo de formación y los resultados son claros: las conductas alteradas de los residentes disminuyen consi-

La suerte de envejecer bien

derablemente y, por lo que respecta a los enfermeros, hay muchas menos bajas.

Los pilares del método son la mirada, la palabra y el contacto físico. A los viejos habitualmente se les mira poco, me refiero a mirarlos de verdad. Cuando un enfermero comprende que no mira de verdad a la persona a la que cuida, que cruza su mirada desde lo alto, de lejos, de reojo, antes de apartarse para ocuparse de sus quehaceres, cuando se le enseña a colocarse a la altura de la cara, a que no dude en aproximarse mucho, a unos pocos centímetros, para captar su mirada, en fin, cuando no tiene miedo a situarse en los ojos del otro, entonces presenciamos cambios sorprendentes. La gente sale de sus tinieblas. La importancia de la palabra, de las expresiones de ternura, es más que incuestionable cuando sabemos que un viejo paralizado, desorientado, replegado sobre sí mismo, recibe un promedio de ciento veinte segundos de palabras por día. ¿A quién le apetece acariciar a un anciano? Con frecuencia los enfermeros no se dan cuenta de la brutalidad y rapidez de sus movimientos, sin entender la agresión que ello representa para el otro, tan vulnerable. Provistos de una formación humanista, los enfermeros aprenden gestos envolventes, tiernos, tranquilizadores, y mucho más eficaces porque relajan el cuerpo.

Florence Deguen,⁵⁰ periodista, describe así una de las escenas más emotivas de una película rodada en 2006 en una residencia de ancianos: «Esta película es la estocada secreta del instituto de formación Gineste-Marescotti. Unos

Preguntas sobre la vejez

diez minutos que arrancan lágrimas, hasta tal punto ilustran los milagros que conlleva un poco de humanidad... Jeanne es una anciana señora de ochenta y nueve años que no se ha movido de su cama desde hace un año y medio. Sus ojos casi siempre están cerrados, las rodillas dobladas en posición fetal, ya no reacciona a nada, la alimentan a la fuerza... Hasta que una auxiliar de enfermería formada en la “humanidad” va a rescatarla hasta el fondo de su cama. Durante tres largos minutos clama en el desierto, con una voz dulce, con la cara a la altura del rostro inmóvil de la anciana señora: “Jeanne, por favor, soy una amiga, abra los ojos...”. Jeanne resiste en su demoledora pasividad. La mano de la auxiliar le acaricia el hombro, su voz la llama de nuevo, y de nuevo. Y luego, repentinamente, los párpados de Jeanne se mueven, dudan y se abren. Todavía no es una mirada humana, son sólo dos ojos lejanos sorprendidos de haber sido rescatados de su letargo. Se adecuan con dificultad, tardan unos segundos hasta mirar de verdad a la auxiliar. Desde este momento, Jeanne volverá suavemente a la vida... a erguirse en su cama... a dejarse lavar, aceptar comer sentada, pronunciar sus primeros sí o no en un año y medio, e incluso andar... Antes de susurrar con un hilo de voz a la auxiliar... “te quiero”».

Lo que leo no me sorprende. He visto tantos milagros hechos por Yvonne, Simone, las auxiliares de enfermería de la unidad de cuidados paliativos donde trabajaba como psicóloga. He visto a personas que ya sólo eran fantasmas volver a la vida. Esto supone tener corazón, por supuesto,

La suerte de envejecer bien

pero también la capacidad de encontrar lo que llamamos la «distancia justa».

Eso no significa que debamos protegernos de la relación, «blindarnos», sino, al contrario, que podamos seguir siendo sensibles a las emociones del otro sin confundirlas con las propias. La neutralidad afectiva es ilusoria y no permite a un enfermero seguir siendo un ser humano.

Una cosa es cierta, cuando los enfermeros aprenden a ser tiernos, recobran una cierta estima hacia ellos mismos y se agotan menos. Descubren que pueden encontrar satisfacción trabajando.

No se trata, por tanto, de culpabilizarlos por «hacerlo mal» cuando han recibido una formación tan higienista y ergónoma que han olvidado que también están ahí para ser atentos con el enfermo. Se trata de dar valor a aquello que no lo ha tenido hasta ahora: la dulzura, el tacto, la presencia, y de animar a los enfermeros a asumir su humanidad delante de sus compañeros.

Con frecuencia alegamos sin razón el argumento de la falta de tiempo y de personal en las instituciones para excusar la falta de humanidad. Mostrarse humano no requiere más tiempo. Al contrario, descubrimos que en el mismo tiempo hacemos lo mismo pero mejor, mostrándonos próximos con el enfermo. Durante demasiado tiempo algunos enfermeros se han sentido mal conceptuados por ser simplemente humanos. Se esconden si tienen un gesto de ternura. Esto no es aceptable. Se supone que, además de la formación que reciben, esta conducta deber ser

Preguntas sobre la vejez

asumida por la dirección de la institución y por los mandos de sanidad. Es preciso tener una cultura común de lo humano en la prestación del servicio. Una responsabilidad colectiva. Vale la pena. En un momento en que nos quejamos de no poder reclutar suficientes enfermeros y auxiliares para las residencias y las instituciones hospitalarias de ancianos dependientes, deberíamos reflexionar sobre lo atractivo de una formación y una cultura en instituciones resueltamente humanistas destinada a personas capaces de trabajar en estas residencias.

Por parte de los ancianos, el beneficio de una conducta que respete su ritmo, su sensibilidad, su dignidad, es evidente. Muchos trastornos desaparecen, especialmente el nerviosismo, y las prescripciones de calmantes disminuyen. Algunos geriatras afirman también que sus pacientes caen con menor rapidez en el desahucio.