



# UNA BUENA Y LARGA VIDA

Las vidas más largas y más productivas traen aparejados cambios  
en las antiguas ideas sobre el envejecimiento

**Andrew Scott**



**E**n los últimos 150 años hemos asistido a uno de los mayores logros humanos. En 1870, la expectativa de vida promedio en el mundo era de unos 30 años; hoy, es de 73 y está en aumento (Deaton, 2015). Más aún, la proporción de vida libre de enfermedades o fragilidades prácticamente no ha variado, de modo que la mayoría de estos años adicionales se viven con buena salud.

Esto tiene profundas consecuencias para las personas. Por ejemplo, en 1960 un recién nacido en China tenía una probabilidad de solo 27% de llegar a los 65 años; hoy, es de 83% y está en aumento. En promedio, en todo el mundo la gente espera vivir más tiempo y con más salud que las generaciones anteriores.

### La nueva frontera del envejecimiento

Pese a que esto es bueno para el individuo, su efecto agregado genera preocupación por el envejecimiento de la sociedad. En 1965, había 129 millones de personas de más de 65 años de edad en el mundo; hoy, son casi 750 millones y esta cifra probablemente llegue a 2.500 millones en 2100. También crece el número de centenarios: de 20.000 en 1965 a una cifra proyectada de 19 millones en 2100.

El temor es que este fenómeno debilite el crecimiento económico pues la cantidad de personas en edad activa disminuye y la carga fiscal empeora debido a los mayores costos de la salud y de las jubilaciones.

El gráfico muestra la evolución de la población mundial en tamaño y estructura. El eje vertical indica la población mundial por edad; el horizontal, la división entre hombres y mujeres.

*Horizontalmente*, se observa un aumento asombroso de la proporción de personas de más de 65 años. Se prevé que esta cohorte (5% en 1950; 9% en la actualidad) llegaría a un 23% en 2100. Se requerirán cambios profundos en las políticas, instituciones y costumbres para apuntalar la evolución de la población.

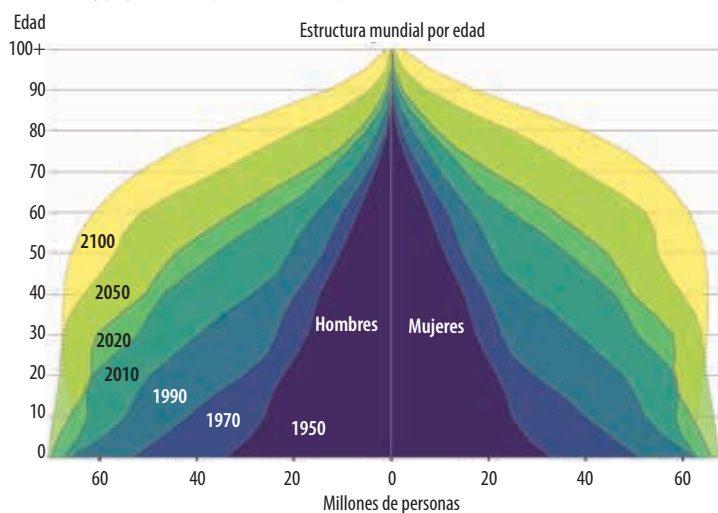
Sin embargo, al analizarlo *verticalmente* se observa otra cosa: no se destaca el envejecimiento sino la longevidad. Desde este punto de vista, los niños nacidos hoy tienen mucho más tiempo por delante que las generaciones pasadas. La probabilidad de vivir hasta una edad avanzada ha aumentado, y con ello el vértice de la pirámide, modificando así el concepto de “vejez”.

La longevidad representa una prolongación de la vida y, según la profesora Laura Carstensen de Stanford, requiere un “nuevo mapa de vida”. Una vida más larga implica

### La vejez en el futuro

El enorme aumento mundial de la población de más de 65 años de edad tiene grandes consecuencias para la calidad del envejecimiento y las políticas públicas.

(distribución y proyección de la población mundial por sexo, 1950–2100)



Fuente: Departamento de Asuntos Económicos y Sociales de las Naciones Unidas, División de Población.

cambios relacionados con cuándo estudiar, contraer matrimonio o tener hijos; cuánto tiempo se trabaja, y cómo se viven no solo la edad avanzada sino también la juventud y la adultez (Gratton y Scott, 2016). El dilema no es entonces “cómo costear una sociedad que envejece” sino “cómo reestructurar el comportamiento para aprovechar al máximo una vida más larga”.

En cierta medida, la edad se ha convertido en un concepto maleable. La nutrición, la educación, el comportamiento, la salud pública, el medio ambiente y la medicina pueden influir en el ritmo del envejecimiento. Según diversas mediciones (incidencia de enfermedades, tasas de mortalidad, función cognitiva, fortaleza física), las personas no están envejeciendo *más* sino que *más lentamente*.

Por este motivo es preciso distinguir entre edad cronológica (cantidad de años desde que se nace) y edad biológica (salud y condición física). Al definir la “vejez” en términos cronológicos, el diálogo de la sociedad sobre el envejecimiento deja a un lado el concepto de la calidad de vida durante la vejez y descarta cambios estructurales en el transcurso de la vida. Por lo tanto, solo se centra en los aspectos negativos: más personas mayores que

necesitan cuidado y asistencia. Y omite los posibles beneficios de un plan de longevidad que propicie vidas más largas, más saludables y más productivas.

## Mitos

Existen, por tanto, dos fuerzas que interactúan: una sociedad que envejece, producto de un cambio de la estructura demográfica, y el efecto longevidad, motivado por mejores formas de envejecer. Si el cambio demográfico es visto solo como el envejecimiento de la población, se corre el riesgo de omitir lo más importante.

### *Mito 1. El envejecimiento se mide mejor cronológicamente*

En el siglo XX nuestra noción de edad se forjó en torno a medidas cronológicas ya que los registros públicos de nacimiento y fallecimiento ganaron fiabilidad y formaron la base de una mayor reglamentación. La apoteosis de esta medición fue la definición de la edad avanzada a partir de los 65 años de edad, consagrada en el concepto de “tasa de dependencia de adultos mayores”. Por el contrario, la maleabilidad de la edad hace necesario distinguir entre mediciones cronológicas y biológicas de la edad, y esto explica un aumento mucho menor de la población de edad avanzada (Sanderson y Scherbov, 2019).

### *Mito 2. Todos los países están envejeciendo*

En los últimos 20 años aumentó la mediana de edad en Estados Unidos, Francia y Reino Unido, pero la mortalidad promedio (medida en miles de fallecimientos) ha disminuido. Cuanto más baja es la tasa de mortalidad promedio, mayor es la expectativa de vida del ciudadano promedio. Si medimos la edad avanzada en años a partir del nacimiento, los ciudadanos de estos países han envejecido, pero si pensamos en la edad avanzada como proximidad a la muerte, estas naciones, en cierto sentido, son más jóvenes y tienen un mayor futuro por delante. Una sociedad que envejece no parece ser la mejor descripción para este fenómeno.

### *Mito 3. Japón es un precursor*

Japón tiene la mayor expectativa de vida del mundo y suele ser considerado precursor en términos de sociedades que envejecen. La transición demográfica de Japón ha generado el mayor aumento de expectativa de vida y la mayor disminución de fecundidad entre los países del G7 desde 1950. En consecuencia, el efecto de este fenómeno es mucho más pronunciado en Japón que en otros países del G7. El equilibrio entre el envejecimiento demográfico y los beneficios de la longevidad varía según el país y, con ello, el impacto en el crecimiento económico y las políticas necesarias.

### *Mito 4. El envejecimiento es un problema de los países ricos*

Debido a la baja edad promedio de la población en muchos países de bajo ingreso, suele suponerse que el envejecimiento es un problema de los países ricos. Sin embargo, estas poblaciones jóvenes van a envejecer en años venideros. Los países deben brindar apoyo a los adolescentes de hoy para asegurarse de que, en 2070, estas poblaciones lleguen a los 65 años de la mejor manera posible. No se empieza a envejecer a los 65 años y los gobiernos deben hacerse cargo con políticas que ayuden a los adultos mayores, tanto del presente como del futuro.

## Políticas para la longevidad

Una agenda de políticas para la longevidad se propone abordar toda la trayectoria vital y ayudar a que las personas aprovechen las oportunidades que ofrece una vida más larga. Incluye todos los aspectos de la vida, pero el empleo, la educación y la salud son áreas prioritarias, y en estos aspectos los gobiernos cumplen una función clave.

**Apoyo a los trabajadores mayores.** Urge encontrar formas de ayudar a los trabajadores mayores a seguir siendo productivos. Este tema no se limita solo a la edad jubilatoria, ya que el retiro de la vida activa comienza alrededor de los 50 años y suele no ser voluntario.

La importancia de este tema es evidente en las estadísticas de empleo. Entre 2008 y 2018, los mayores de 55 años de edad representaron el 79% del crecimiento del empleo en los países de la OCDE, y el 103% en el G7. Además, la principal causa de variaciones entre los países al medir el empleo de trabajadores mayores no es la variación en la cantidad de adultos mayores sino en sus probabilidades de trabajar.

Las políticas para promover una mayor participación de las personas mayores en la fuerza laboral dependerán de la generosidad y disponibilidad de los planes de pensión, los servicios de atención de la salud y el apoyo disponibles para los trabajadores, además de la estructura industrial y los tipos de empleo que se ofrecen. El uso de robótica y de inteligencia artificial también debería fomentar el empleo en este grupo. Los trabajadores mayores suelen valorar los mecanismos de trabajo flexible o a tiempo parcial, pese a obtener salarios más bajos, una práctica a la que han recurrido Japón y Singapur.

El apoyo a trabajadores mayores también implica combatir la discriminación por edad, tan arraigada en las empresas y que dificulta el acceso de los trabajadores mayores a nuevos empleos y los expone más a despidos. Los gobiernos deben actuar, reforzando los derechos de las personas con discapacidad y sancionando leyes de diversidad que protejan y apoyen a los trabajadores mayores.

**Vidas productivas por más tiempo.** Al extenderse la vida será necesario poner más énfasis en el aprendizaje permanente. Hoy, la educación tiene lugar en los primeros años, en un modelo de vida de tres etapas: “aprender, generar ingresos y jubilarse”. Sin embargo, la longevidad y el cambio tecnológico provocarán un fuerte aumento de las necesidades educativas de los adultos, lo que conlleva cambios fundamentales en los sistemas de educación.

Una carrera más larga exigirá más flexibilidad para los trabajadores de todas las edades. En una vida de múltiples etapas será necesario tomarse tiempo para volver a capacitarse, para apoyar a familiares (tanto hijos como padres mayores) y para la reorientación, recuperación y resignificación de los compromisos laborales.

**Bien está lo que envejece bien.** Al envejecer la población, la carga de morbilidad se concentra más en enfermedades no transmisibles como las enfermedades cardiovasculares, el cáncer, la diabetes y la demencia. En 2016, estas enfermedades representaron el 71% de los fallecimientos en el mundo, y 78% tuvo lugar en países de ingreso medio y bajo. El tratamiento de las enfermedades no transmisibles es costoso y deficiente, por lo cual, para reducir su impacto, los proveedores de salud deben evaluar un cambio radical hacia el cuidado preventivo. Como ocurrió en el pasado con otras mejoras en la salud, se requiere educación pública que modifique conductas en términos de actividad física, dieta, compromiso y propósito. También se necesitarán nuevas tecnologías predictivas y de seguimiento, como la inteligencia artificial y los megadatos.

La principal causa de muchas enfermedades no transmisibles es justamente la edad, lo que significa que los tratamientos deben hacer hincapié en ralentizar el proceso de envejecimiento más que atacar enfermedades particulares, como el cáncer (Ellison, Sinclair y Scott, 2020). Un amplio programa de investigación se centra en entender por qué envejecemos y en formular tratamientos que, de tener buenos resultados, podrían modificar considerablemente la maleabilidad de la edad (Sinclair, 2019).

**Apoyo a la diversidad.** La maleabilidad de la edad significa que la gente envejece de formas muy diversas. A medida que muchos más millones de personas vivan más de 65 años, esto será mucho más evidente, y creará problemas para las políticas que solo consideran la edad cronológica, como elevar la edad de jubilación. Los gobiernos necesitan políticas que asistan a quienes no pueden continuar trabajando y den incentivos a quienes sí pueden hacerlo. Como en el caso de otros grupos etarios, los responsables de las políticas deben reconocer

que la edad cronológica es un predictor deficiente de las necesidades y capacidades de las personas y formular políticas con más matices y diferentes opciones en función de las circunstancias.

**La longevidad en la mira.** Crece el debate sobre alternativas al PIB para medir el bienestar. Una alternativa es la expectativa de vida saludable. Dado que las mejoras en la expectativa de vida no solo dependen de la seguridad laboral y de los ingresos, sino de un propósito social más amplio, como así también de la calidad ambiental y de la desigualdad, la longevidad suele relacionarse con un amplio espectro de programas. Los consejos de

Al definir la “vejez” en términos cronológicos, el diálogo de la sociedad sobre el envejecimiento deja a un lado el concepto de la calidad de vida durante la vejez.

longevidad (como en Japón) contribuirían a supervisar los avances hacia estas metas y mejorar la coordinación entre organismos gubernamentales.

La forma en que envejecemos está cambiando y echa por tierra la afirmación del filósofo francés Auguste Comte de que “la demografía es el destino”. Las personas tienen vidas más largas y más saludables, y esto debería ser una buena noticia para las personas y para la economía. El objetivo es diseñar políticas que maximicen la cantidad de personas de todas las edades que se benefician de este efecto de longevidad mientras se procura potenciar la productividad durante una vida más larga. **FD**

---

**ANDREW SCOTT** es profesor de Economía en la Facultad de Negocios de Londres y cofundador de Longevity Forum. Es autor (junto con Lynda Gratton) del libro *The 100-Year Life: Living and Working in an Age of Longevity*, publicado en 2016.

**Referencias:**

Deaton, A. 2015. *The Great Escape: Health, Wealth and the Origins of Inequality*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

Ellison, M., D. Sinclair y A. Scott. 2020. “All’s Well That Ages Well”. Oxford University/Harvard Medical School/London Business School, inédito.

Gratton, L., y A. Scott. 2016. *The 100-Year Life: Living and Working in an Age of Longevity*. Londres: Bloomsbury Business.

Sanderson, W. C., y S. Scherbov. 2019. *Prospective Longevity: A New Vision of Population Aging*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Sinclair, D. 2019. *Lifespan: Why We Age and Why We Don’t Have To*. Nueva York: Altria.