

Acercas de la longevidad de los seres humanos

Aspectos históricos de expectativas de vida y muerte natural

Luis Vargas
Ingeniero Agrónomo

About human longevity, Vargas, L.

Keywords: Life expectancy, Natural death, History, Anthropology

English Abstract: Life expectancy, in ancient times, lacks of serious statistics. Several authors, like Dubos and Sauvy, said that it was only of 30 years, but this statement is seriously wrong. Natural death, in ancient times and in contemporary indigenous cultures, is more usual than in western societies. Older people can be healthier till the moment of the death, and live for more than 100 years.

Viven 150 años y raramente se enferman, y si caen víctimas de alguna mala enfermedad, se sanan a sí mismos con ciertas raíces de hierbas.

Américo Vestucio. El Nuevo Mundo.

Tomamos un texto de divulgación masiva (edición de 300.000 ejemplares) sobre: "La nueva medicina. (1940-1960)" y encontramos la siguiente aseveración: "Para la población (norteamericana) en su conjunto la longevidad término medio aumentó a 70 años y sin duda seguirá aumentado" (1). Y más adelante, refiriéndose a la población mundial, se asegura que "la ciencia parece abrirse paso hacia la elevación de la longevidad hasta cerca de un siglo, conservando los hombres y mujeres su vigor muchos años más que en la actualidad" (2).

Una publicación más reciente, "Nosotros y la medicina", explica que: "En los países occidentales, la esperanza de vida de un recién nacido

del sexo femenino es hoy de más de setenta años. En tiempos de Luis XIV, esta esperanza no pasaba de los veinticinco años. Este índice en la India no alcanzaba entre 1921 a 1930 los veintisiete años" (3). Ninguno de estos textos menciona el origen de sus estadísticas.

Tal parece que este es un asunto en el que usualmente se omite el requisito de fundamentar los datos que se usan, ya que otro autor René Dubos, de quien se dice en la contraportada de su libro "El espejismo de la salud", que se dedica a "la alta divulgación científica", hace afirmaciones parecidas sin soporte bibliográfico ni documental. Expresa, por ejemplo, que es válido citar "el gran aumento registrado por el promedio general de duración de la vida en los últimos cien años en el mundo occidental, como prueba irrefutable del mejoramiento de la salud pública" (4). Y más adelante dice: "Los hombres pueden no ser más felices ni fundamentalmente más saludables que sus antepasados, pero en el mundo occi-

dental, por lo menos, el promedio de vida es mayor" (5). A pesar de la pequeña salvedad que hace, Dubos reafirma la misma conclusión.

Las citas se podrían multiplicar, ya que la idea de que la longevidad del ser humano es una adquisición reciente y que se debe a la ciencia médica, repercute ampliamente, sin que sea contradicho ni experimente refutaciones. Como esta concepción acerca de la longevidad humana está tan extendida, no resulta extraño que haya conducido a un estudioso de las poblaciones a considerar que existe una mortalidad natural, que ocurriría en promedio a la edad de treinta años. Efectivamente, Alfred Sauvy, autor de "El hambre, la guerra y el control de la natalidad", dedica una parte de su obra a explicar que "la mortalidad natural... corresponde a una vida media de alrededor de 30 años" (6). Y agrega, tratando de resaltar la moderación de su cálculo, que algunos autores admiten una vida media todavía más corta, de 25 y hasta de 20 años (7).

La salud es un estado de cosas natural, en el que el cuerpo humano se conserva en perfectas condiciones

En la misma tónica que hemos examinado ya, Sauvy tampoco sustenta sus afirmaciones, por el contrario, manifiesta dudas sobre el valor de sus cifras, y es así como apunta: "...cuando estimamos en 30 años, aproximadamente, la vida media del hombre en los miles de años que han precedido a los tiempos modernos, debemos añadir que la cifra es extremadamente aproximativa" (8). Esta observación viene a continuación de un comentario acerca de las primeras tablas de mortalidad, elaboradas según Sauvy, por John Grant en 1662. En dichas tablas se establece una expectativa de vida de 18 años, lo cual le parece inadmisiblemente a Sauvy. Pero su acotación significa que la cifra debe girar alrededor de los 30 años, aunque no tanto como para llegar a 18 (9).

De aquí podemos tomar pie para señalar que la falta de estadísticas, que apoyen las tan difundidas afirmaciones sobre la corta longevidad humana, no es casual, y el mismo Alfred Sauvy se encarga de informarnos que "el primer tratado de demografía en todas las lenguas", data de 1741 (10).

Y, por lo tanto, solamente a partir del siglo XIII se dispone de cifras de mortalidad lo suficientemente dignas de crédito (11). A lo largo del texto de este autor se consiguen similares objeciones relativas a la confiabilidad de las estadísticas, disponibles o empleadas para caracterizar las poblaciones antes del siglo XIII. Además a las observaciones sobre la poca calidad del material estadístico a disposición, se acompañan comentarios acerca de las tendencias al dogmatismo y a los prejuicios, por parte de los científicos dedicados a investigar estos temas (12).

Otras referencias históricas en cuanto a la longevidad

En medio de esta uniformidad de criterios se oyen, no obstante, voces disidentes,

que conciben la cuestión de la longevidad humana desde otro punto de vista. Así, por ejemplo, en la mayoría de los antiguos textos sagrados, se observa una imagen distinta de lo que habría sido la vida de los seres humanos dos o tres milenios atrás. La Biblia contiene varias expresiones sobre este particular: "Sara tenía 127 años cuando murió..." (Génesis 23,1); "Abraham vivió 175 años. Abraham murió luego de una feliz ancianidad, cargado de años, y fue a reunirse con sus antepasados" (Génesis 25, 7-8); "Tenía Moisés 120 años cuando murió. No había perdido su vigor y sus ojos aún veían claramente" (Deuteronomio 34,7).

La literatura oriental antigua, por su parte, ofrece ejemplos como los siguientes. Chuang Tzu, aun cuando no menciona una edad de muerte afirma, que los seres humanos nunca llegaban a un "final prematuro" (13). Lieh Tse, quien vivió probablemente entre los siglos V y III antes de Cristo, escribió que la gente no moría "antes de llegar a los 100 años y las muertes prematuras no se conocían" (14). Pao Ching-yen, dice que "los males contagiosos no se difundían y a una vida prolongada seguía una muerte natural" (15).

Como decíamos antes, no tenemos registros estadísticos o pruebas de otro tipo, suficientes como para establecer una conclusión, de modo que será necesario recurrir a otros argumentos, para alcanzar alguna claridad en cuanto a la longitud de la vida humana. Las cifras presentadas apenas nos sirven para vulnerar un poco la aparente unanimidad que habíamos encontrado, en torno a la corta longevidad humana hasta el siglo XVIII. Gracias a estas referencias, vimos que no solamente se mencionan longevidades bastantes mayores que las aceptadas actualmente, sino que se habla de una larga vida común a todos los individuos.

Manuel Lezaeta Acharán, en su conocido texto sobre medicina natural, asienta la siguiente argumentación: "Si

el hombre viviese desnudo o semicubierto, comiera solamente alimentos crudos, como frutas semillas y ensaladas y durmiera al aire libre y sobre la tierra desnuda, moriría de viejo alrededor de los 150 años" (16). Esta afirmación está sustentada por una rica experiencia del autor en el campo de la salud, tanto en la práctica como en la teoría. Compartimos con este autor, que la muerte prematura en el ser humano se debe más a causas externas, antes que a una condición biológica o natural que así lo determine.

A nuestro modo de ver y partiendo de los indicios examinados, el ser humano era longevo desde la antigüedad; hasta hace poco y por término medio, determinadas condiciones ambientales le impedían alcanzar la vejez, y ahora está recuperando el terreno perdido. Todo esto referido a las poblaciones europeas urbanas, ya que los no europeos y los campesinos seguramente ofrecen una evolución diferente.

Bronislaw Malinowski, al exponer sus experiencias con comunidades del Pacífico, dice: "La salud es, para los Melanesios, un estado de cosas natural y, a menos que se altere, el cuerpo humano se conserva en perfectas condiciones. Pero los nativos saben perfectamente bien que existen medios naturales que pueden afectar la salud e incluso destruir el cuerpo. Venenos, heridas, quemaduras, caídas causan, como ellos saben, incapacitaciones o muertes por vía natural... También se reconoce que el calor, el frío, el exceso de ejercicio, de sol o comida, pueden causar desajustes menores que se tratan con remedios naturales, cual los masajes, el vapor, el calor del fuego y ciertas posiciones" (17).

Por otra parte, el historiador Alberto Armani, hablando de los Guaraníes, habitantes originales de lo que hoy es Paraguay, explica: "Los Guaraníes, como todos los indígenas de América, habían sido sanísimos en su vida aborigen y no conocían prácticamente enfermedades mortales, salvo

las de la primera infancia y... la vejez. No tenían, en cambio, defensa frente a enfermedades importadas por los europeos y sus costumbres" (18).

Longevidad y muerte natural

Abundando en los argumentos que contradicen la adquisición reciente de longevidad por el hombre, como supuesto producto de la medicina moderna, conviene detenerse en las reflexiones de un premio Nóbel de medicina, Metchnikoff, quien según versión de Dubos, pensaba de manera especial al respecto: "Durante la primera fase de su vida científica -expresa Dubos-, Metchnikoff logró fama mediante sus estudios fundamentales acerca de las infecciones y la inmunidad, lo cual le valió el premio Nobel. Sin embargo, después de haber cumplido los 45 años, ciertos conceptos filosóficos hicieron que enfocara su atención hacia el problema de la vejez. Se preguntaba por qué el temor de los hombres hacia la muerte y su ansiedad ante la proximidad de ella. Cada función lleva implícito un instinto de saciedad. Una opípara comida nos deja satisfechos, sin mayor deseo de comer. Se busca descanso luego de un fuerte esfuerzo. ¿Por qué entonces, no se experimenta deseo de muerte al final de una vida normal? Esto se debe, pensó Metchnikoff, a que la vida humana por lo general resulta demasiado breve en relación a la cantidad de años de la cual es potencialmente capaz. Los seres humanos que llegan a una edad realmente madura -digamos cien años o más- reciben gustosos la muerte sin amarguras, tal como recibe el sueño una persona después de un día atareado." (19).

"A Metchnikoff le pareció que la civilización ejerce una influencia destructora sobre el hombre moderno, y que aunque acaso no sea causa de una enfermedad mortal, si impide que su vida sea lo suficientemente prolongada para que aparezca el instinto de la muerte." (20)

Ya Cicerón, en lo que seguramente es el tratado sistemático más antiguo existente sobre el tema de la vejez, decía: "De una manera muy general puede afirmarse que la saciedad de todos los deseos proporciona la saciedad de la vida. Existen deseos propios de la niñez, ¿acaso los desean los jóvenes? Hay los que son propios de la incipiente juventud, ¿acaso los reclama esa edad llamada media? También los hay que a esta edad pertenecen y no los busca la vejez. Existen esos últimos deseos que son patrimonio de la senectud. Luego del mismo modo que tienden a su ocaso esos deseos de esas edades anteriores, así también pasa con los de la ancianidad, y al suceder esto, la saciedad de la vida trae el tiempo que está suficientemente sazonado para la muerte." (21)

Agreguemos, no obstante, un testimonio que sirva de homenaje a un longevo venezolano, don Pancho Betancourt, quien a los noventa y un años, con lúcida frase, resume su idea al respecto: "Quien no muere de viejo no muere de muerte natural". Fue esta clara aseveración, la que nos llamó la atención sobre el hecho biológico de la vejez, como una etapa más de la vida humana, como la niñez, la juventud y la madurez. La simple observación demuestra que la vida humana culmina con un período de vejez, natural dentro del desarrollo biológico, que no tiene por qué estar marcado por la decrepitud o la enfermedad, como se ve en los ancianos sanos de nuestras comunidades y de los pueblos longevos de varias partes del mundo.

Ciencia, medicina moderna y expectativas de vida

Con lo expuesto creo dejar claro, que la idea de la longevidad recientemente adquirida, se presenta como atributo de la ciencia y el sistema económico imperante, y todo el montaje queda enmarcado dentro de una idea de progreso, cuyas raíces son netamente occidentales.

Cuando las afirmaciones de quienes defienden esa creencia se analizan con cierto detenimiento y sin prejuicios queda en evidencia su falta de rigor. Como se ha visto, la cuestión consiste en asociar una corta duración promedio de la vida humana, con la época de la Edad Media y hasta con toda época anterior a esta. Pintando un cuadro dramático de las condiciones de vida primitivas, haciendo aparecer a nuestros antepasados como inmersos en una constante y despiadada lucha. Por esta razón se extraen las mismas conclusiones, para aquellas poblaciones que actualmente conservan modos de vida primitivos, como es el caso de los campesinos e indígenas.

Respecto al verdadero papel de la ciencia, en especial, la médica, en los cambios producidos en la expectativa de vida promedio, algunos de los autores consultados y referidos a lo largo de nuestra exposición, se encargan de desvirtuar las afirmaciones que tan gratuitamente circulan por doquier. Así, por ejemplo, dice René Dubos: "Pero si bien la ciencia moderna puede jactarse de incontables y sorprendentes logros en el campo de la salud, su desempeño no ha sido tan formidable ni su eficacia tan grande como comúnmente se afirma. En realidad, tal como se dice arriba, el monstruoso espectro de la infección era ya una sombra difusa para el tiempo que la humanidad empezó a contar con al ayuda de sueros, vacunas y drogas para combatir a los microbios. De hecho muchas de las enfermedades microbianas más terribles - la lepra, la peste, el tifus y el paludismo, por ejemplo, estaban poco menos que erradicadas de Europa mucho antes de que se formulara la teoría de los gérmenes".

Las citas acerca de una concepción crítica de la medicina moderna podrían multiplicarse, puesto que de un tiempo a esta parte ha proliferado la literatura enjuiciadora y hasta decepcionada. Navarro, Ilich, McKeown, Foucault y otros han sometido a la imagen pública de la ciencia médica a

¿Por qué no se experimenta deseo de muerte al final de una vida normal?

La esperanza de vida en Venezuela está en los 67 años. En EE.UU. está en 72

pruebas a veces implacables. Por lo demás, un balance hecho desde la posición de la gente común y corriente debería dar un saldo negativo, si se ponen en la balanza los problemas sin resolver, los problemas creados (iatrogenia) y aquellos que supuestamente estaban resueltos, pero que un tiempo después demostraron que nos encontrábamos ante un "espejismo", para usar al misma palabra que emplea Dubos.

En definitiva, una longevidad elevada en relación con lo que estamos acostumbrados a ver, no debería constituir motivo de asombro, sino que debería ser vista como el desenlace natural de la vida humana, tal y como lo ilustran los textos orientales que citamos antes. Pues del hecho de que la longevidad es un corolario natural de la vida de los seres humanos, me parece que son prueba palpable las poblaciones longevas de varias partes del mundo: el Cáucaso, Paquistán, Ecuador, Japón (22). De estas poblaciones no se ha dicho que posean características biológicas o genéticas diferentes al resto de la especie. Y por añadidura estas poblaciones no se encuentran precisamente en ambientes penetrados por la medicina científica o por el desarrollo económico.

El deterioro de la vida ante un entorno hostil

Instituciones vitales para los pueblos primitivos y para las mismas comunidades indígenas y rurales contemporáneas, que le asignan un papel primordial a los ancianos, como es el caso de los consejos de ancianos, carecerían de sentido si la ancianidad fuese un evento extraño en la vida de esas comunidades y si además estuviese acompañada de enfermedades. Si así fuese cabría preguntarse, ¿cómo es que tales comunidades ponen a depender su destino de instituciones tan precarias?. Pero según los argumentos expuestos, lo correcto sería averiguar las causas que le impiden a la mayoría de los seres humanos la longevidad, en

lugar de atribuírselo falsamente a la ciencia o al desarrollo.

Para darle un matiz nacional a la discusión cabe referir que la esperanza de vida en Venezuela, según una fuente oficial, está alrededor de los 67 años, lo cual, comparado con el promedio de 72 años de la población de los Estados Unidos, da una diferencia de apenas cinco años. Es decir, que un país que es la primera potencia mundial, apenas aventaja en un lustro de esperanza de vida a la subdesarrollada Venezuela, que a pesar del alto ingreso por habitante debido al petróleo, presenta cuadros de pobreza e insalubridad graves, especialmente en las zonas marginales de las grandes ciudades. Este contraste termina de poner en entredicho todas las afirmaciones de la medicina científica, ya que un gigantesco equipamiento científico y tecnológico, respaldado por un enorme gasto para la salud, apenas se traduce en una "ganancia" de cinco años de vida media para los estadounidenses.

Necesariamente tenemos que concluir que la campaña de difusión de la idea de la longevidad recientemente adquirida, persigue hacer creer que se trata de una conquista de la ciencia médica y el capitalismo, a la vez que se hace más marcada la imagen de miseria y dificultades que prevalece acerca de la vida de los pueblos durante la edad media, y en las comunidades primitivas, justificando de paso la crueldad y los crímenes que significó la irrupción del capitalismo, con todas sus secuelas de explotación y colonialismo.

Al final nos encontramos con la sensación de que el promedio de vida de que el ser humano es potencialmente capaz, es mucho mayor del que disfruta o dispone en el presente, en las condiciones de vida occidentales. Dicho más crudamente, todavía son muchos los años de vida que no alcanzamos a vivir, debido a que nos rodea un medio contaminado que nos intoxica y nos enferma, unido a un

modo de vida opresivo, en el que la mayoría de las personas son explotadas, todo lo cual hace dolorosa y llena de incertidumbre la vida recortada que vivimos, y nos condena a una muerte angustiada y cruel.

La propia ciencia médica a veces proporciona estadísticas que nos indican dentro de lo que este sistema considera normal, los años de vida que se pierden por fumar, por alimentarse mal, por respirar aire viciado, por trabajar en ambientes y condiciones nocivas, por carecer de actividades de recreación, por falta de tranquilidad espiritual y de recompensas afectivas y emocionales, etc. Al fin y al cabo, lo que resulta normal en este modo de vida es un estado de disminución y deterioro, con respecto a lo que sería un estado de vida natural, pues la degradación ambiental, de tierras, aguas, atmósfera y seres vivos, es prácticamente global, planetaria, y nos envuelve a la manera de un cobijo que debiendo ser maternal se ha hecho hostil.

La lucha por aminorar, aunque sea en pequeña medida, las condiciones que deterioran nuestra vida y la conciencia de que se puede tener un planeta donde la vida no se encuentre amenazada siempre y en todo lugar, es una lucha que contribuye a despertar la esperanza de un mundo mejor, en una vida más larga y plena de salud. Se trata, entonces, de una lucha por la vida. No caigamos en la trampa de creer que la naturaleza que nos engendró es nuestra enemiga, ha sido la industrialización industrial capitalista la que nos ha reducido a condiciones nocivas, y luego ha hecho aparecer ciertos avances como su finalidad, cuando su esencia la conduce precisamente en el sentido contrario, tal y como ya lo había entendido Carlos Marx, cuando en "El capital" escribió: "Por tanto, la producción capitalista sólo sabe desarrollar la técnica y la combinación del proceso social de producción socavando al mismo tiempo las dos fuentes originales de toda riqueza: la tierra y el hombre." (24)

Bibliografía

- 1.. La nueva medicina. 1940 - 1960. Buenos Aires, agora, 1959, p. 110.
2. Obra citada, p. 134.
- 3.. Lamy, Maurice. Nosotros y la Medicina Madrid. Guadarrama, 1967, p. 23.
4. Dubos René. El espejismo de la salud. Utopías, progreso y cambio biológico. México, FCE, 1975, p.32
5. Dubos, René; obra citada, p.215.
6. Sauvy, Alfred. El hombre la guerra y el control de la natalidad. Ensayo sobre el maltusianismo y las teorías marxistas. España, Vicens-Vives, 1965, p.21
7. Sauvy, Alfred; obra citada, p.38.
8. Sauvy, alfred; obra citada, p. 40
9. El mismo lugar.
10. Sauvy,Alfred; obra citada, p. 30. Nota 1.
11. El mismo Lugar
12. Sauvy, alfred; obra citada, pp. 26, 29, 39, ...
13. Chuang Tzu. En: Fritjof Capra. El tao de la física. Madrid, Luis Cárcamo, 1987, p. 136.
14. Dubos René, obra citada, p. 18.
15. El mismo lugar.
16. Leazeta, Acharán, La medicina natural al alcance de todos. México, Pax-Mexico, 1982, p.64.
17. Malinoski, Bronislaw. Magia, ciencia, religión. España, Ariel, 1982, p. 31
18. Armani, Alberto. Ciudad de Dios y Ciudad del sol. El "Estado" jesuita de los guaraníes. (1609 - 1768). México, FCE, 1982.
19. Dubos, René; obra citada, p.182.
20. El mismo lugar.
21. Cicerón. De la vejez. Barcelona, Sopena, 1969, p.77.
22. García, Rafael. La alimentación natural. El camino a la larga vida y la salud. San Cristóbal, 1992, p. 41.
23. Max, Carlos.El Capital. México, FCE, 1975, T. I., p. 424.



LABORATORIO FITOTERAPÉUTICO

La tradición del pasado
a la luz de la ciencia de hoy...
... Para su salud

Av. Los Próceres, Sector El Llanito, Entrada "El Caucho".

Apartado 706

Tlf.: (074) 449435 – Fax.: 441029 – Apartado N° 706,

Mérida – Venezuela

E-mail: vita@telcel.net.ve



Todos los Orotatos NO son iguales!!!

OROTATOS ALEMANES®

Los orotatos alemanes son gastroresistentes, procesados siguiendo estrictos criterios de calidad, para asegurar una perfecta absorción mineral.

LA GAMA MAS AMPLIA DEL MERCADO

Orotato de Calcio (450 mg) y Magnesio (50 mg)
Orotato de Calcio (250 mg) y Magnesio (50 mg)
Orotato de Calcio, Magnesio, Condroitina.
Orotato de Calcio (450 mg), Magnesio (50 mg) y Litio (50 mg).
Orotato de Calcio (200 mg), Magnesio (50 mg) y Litio (50 mg).
Orotato de Litio (75 mg).
Orotato de Hierro (100 mg).
Orotato de Zinc (40 mg) con B6.
Orotato de Cobre (24 mg), Zinc (50 mg).
Orotato de Magnesio (500 mg).
Orotato de Magnesio (250 mg).

Ref. 000045
Ref. 000046
Ref. 000066
Ref. 000047

Ref. 000048

Ref. 000049
Ref. 000050
Ref. 000051
Ref. 000052
Ref. 000053
Ref. 000054

Orotato de Potasio (300 mg).
Orotato de Manganeseo (15 mg).
Orotato de Colina e Inositol.
L+DL aspartato de Calcio.
DL aspartato de Potasio y Magnesio.
EAP Calcio, Magnesio, Potasio.
EAP Ca (450 mg).
Esqualeno con vitamina E.
Sulfato de condroitina.
Ruma-nat.
Migra-Nat.
Espasmo-nat.
Relax-nat.
Biosil.

Ref. 000055
Ref. 000057
Ref. 000060
Ref. 000061
Ref. 000062
Ref. 000063
Ref. 000072
Ref. 000064
Ref. 000065
Ref. 000067
Ref. 000068
Ref. 000081
Ref. 000080
Ref. 000069

INFORMACION Y PEDIDOS:

NATUR-IMPORT, S.L. · CALDERS, 182-184 · 08203 SABADELL (BARCELONA) · TEL. 93 712 38 70 · FAX 93 711 40 35