

# ENVEJECER PRONTO

*Posted on abril 24, 2011 by Administrador*



**Category:** [Default Humanístico](#)

**Tag:** [Default Humanístico](#)



## Envejecer Pronto

**"... el que progresa es el hombre exterior ; es la cáscara , debajo de la cáscara aletargado está el hombre interior.."**

**J. Barylko. El arte de vivir**

Civilización que ha hecho de la juventud como valor eterno un supra-valor. Vejez vituperada cuando el espejo marca la arruga y/o la flacidez. Es que quedamos fuera de "carrera" ya que la marca juvenil cotiza alto en las góndolas de la sociedad de marcas. Ideales de permanencia corpórea en donde la foto idealizada de la adolescencia o de algún modelo social prestigiado traccionan nuestra identidad; ideales todos que tratan de desafiar el inexorable paso del tiempo. Cosmética y cirugía estética que se alían para mantener estos ideales que prestigia nuestra cultura y que tratan de restañar aquello que el espejo comienza a denunciar pero que con trampas eludo. Civilización que al mismo tiempo por problemas en nuestro estilo de vida nos lleva a envejecer rápidamente. Alcohol, drogas, adicciones varias, stress crónicos que nos persiguen durante años, imposibilidad por el mismo vértigo en el que se vive de metabolizar pérdidas y duelos, "comilonas" al lado del agotamiento gimnástico, adrenalina invertida en inutilidades, insomnio manejado con automedicación; contradicciones de nuestra cultura en donde el ideal de juventud eterna va al mismo tiempo unido a la vorágine que nos envejece precozmente.

En la tarea clínica atendemos a "jóvenes viejos" en donde el consumo compulsivo de alcohol, drogas, juego, comida los lleva a tener parámetros cerebrales, mentales y de todos los sistemas orgánicos propios de personas que están entrando en la senilidad.

Las células están programadas para morir y esto se llama apoptosis. Nosotros con nuestra conducta adelantamos la apoptosis. Hoy la adicción la concebimos como una apoptosis auto-programada y con la contradicción que esta conducta cuenta con tolerancia y aceptación social. Las drogas y el alcohol forman parte del escenario prestigiado como prolegómeno necesario para cualquier encuentro humano, y más si es festivo.

El primer envejecimiento precoz sucede cuando sumamos estilos de vida que contrarian la calidad de vida como una dieta rica en grasas, el sedentarismo, el abuso de cafeína, el tabaco y si a esto le agregamos el abuso de alcohol y drogas sucede lo que se denomina una cascada de eventos que culminan en la apoptosis y muerte celular paralelo a lo cual envejecen distintos sistemas orgánicos (la cirrosis del alcohólico es uno de los tantos ejemplos).

Al mismo tiempo adelantamos nuestro envejecimiento genético. Al entrar en la llamada tercera edad como patrón normativo se activan los llamados gerontogenes que son los que van activando el envejecimiento celular y orgánico. Por efectos neurotóxicos (alcohol y drogas) unido a un estilo de vida de escasa calidad se adelanta este reloj genético y los gerontogenes adelantan su aparición y por eso aceleran el proceso de envejecimiento.

Además este estilo "químico" de vida fomenta el stress celular y la toxicidad de nuestra conducta produce radicales libres y bloquean la acción protectora de los sistemas antioxidantes (vitamina E

por ejemplo) que son los guardianes de la salud celular. Lo neurotóxico ayuda así a oxidar nuestro organismo y a senilizarlo. En sucesivas notas mostraremos datos de la ciencia actual que muestran las contradicciones de nuestra forma de vida y que tienen importancia en la educación escolar y social.

