

# Las cubanas se dejan las canas

**Detrás de las canas visibles que pueblan los cabellos de no pocas cubanas, asoma una dinámica demográfica que tiene entre sus principales perfiles el progresivo envejecimiento poblacional y cuyos desafíos apuntan hacia varias esferas de la vida cubana que es necesario atender desde la actualidad.**

Sociedad Lourdes Pasalodos Díaz, periodista y narradora cubana

25 febrero, 2016

[Versión en inglés](#)



Foto: Jorge Luis Baños/ IPS

Afirmar rotundamente que “las cubanas se dejan las canas” es, sin duda, una generalización incierta; sin embargo, el móvil para expresarla no es sensacionalista, pretende ser un llamado de atención acerca de un “fenómeno” que, aunque aislado, puede observarse en especial en artistas, escritoras, periodistas y promotoras culturales habaneras..., en su inmensa mayoría (o ¿inmensa minoría?...). Mujeres hermosas, algunas muy hermosas en el pasado reciente y aún hoy, quienes están en la llamada tercera edad.

Tradicionalmente en el mundo –y en Cuba como parte suya– la tendencia humana ha sido enmascarar el inevitable envejecimiento y las personas de uno y otro sexos se van llenando, por necesidad funcional o de un aspecto físico agradable de acuerdo al canon de belleza establecido, de prótesis, espejuelos, dentaduras parciales o totales, implantes dentales, de cadera, otros

estéticos de silicona o estiramiento de la piel –fundamentalmente en el rostro–, bastones, sillas de ruedas...

Hoy, sin dejar de lado las ayudas y sustituciones inevitables, parece abrirse una brecha entre las mujeres que se hacen queratinas, reflejos, tatuajes en párpados y ojos, aumentan el tamaño de sus labios u otras partes del cuerpo y las que optan por un estilo natural o, aparentemente natural: canas en un corte de cabello “atrevido” o no; una vestimenta que “afine” a las pasadas de peso o “aumente” a las delgadas.

Muchas prefieren el gimnasio (ejercicios tradicionales de baja o mediana intensidad, aerobios...), *TaiQi* o Yoga, y se niegan a llevar fajas “invisibles” como hacían, años ha, las mujeres cubanas con una economía algo desahogada, en la década de los cincuenta e incluso mucho más atrás en el tiempo (no hay que olvidar los corsés de antaño), junto con las medias de *nylon*, tal vez por el calor o porque las agendas están repletas de actividades y es mejor una presencia aceptable y hasta excelente, pero cómoda, porque además no hay en el mercado otras prendas *camuflajeantes* o resultan muy costosas para la economía doméstica promedio, si es que hay una economía doméstica promedio en la actualidad. No se debe descartar que sí existe un grupo de ellas que pagan gustosas un “afinador”, por caro que resulte para las menguadas finanzas de cubanas y cubanos, o no vacilan en pedirlo a algún familiar residente en el exterior.

Una causa decisiva está en la génesis del triunfo de la Revolución de 1959, cuando la llamada liberación de la mujer y su participación creciente y activa en la vida política y social fue cada vez más comprometida y jerárquicamente elevada, al tiempo que las carencias en no pocos rubros y la instauración de los racionamientos –mediante libretas o casillas para la adquisición de alimentos, vestimentas, zapatos, etcétera– imposibilitaba dedicarle mucho tiempo a “frivolidades”.

No debe pasarse por alto que en este período inicial de emancipación era más importante dedicarse a la obra colectiva y el crecimiento personal que a cuidar el aspecto. No obstante, fueron los años en que las cubanas sustituyeron el rímel con betún negro para zapatos, hicieron sombra para los ojos con ralladura de lápices de colores mezclada en una crema que bien podría ser hasta un desodorante de la marca única y nacional, *Fiesta*.

Viejas piezas de ropa eran transformadas, se hicieron zapatos muy a la moda; un remedo de los que se vendían “por la libreta” en *Primor* –una red de peleterías, un establecimiento por provincia–, para la adquisición de calzado femenino en ocasiones especiales, como los quince o la boda. Los zapatos artesanales se hacían sobre un calzado en desuso forrando la piel deteriorada por el tiempo con algodón satinado. La inventiva en función de echar unas monedas al bolsillo por parte del zapatero del barrio o mantenerse a la moda en el caso de las consumidoras.

La mujer cubana, devenida compañera, se seguía distinguiendo por su donosura y rítmico modo de andar que, al parecer, ha ido quedando en el pasado (me refiero al llamado “meneíto”). Ya no entre las que envejecen, sino en las jóvenes. Ese contoneo debe haberse perdido en las frecuentes movilizaciones a la agricultura, o la prisa que se impone en las sociedades modernas; aunque, en comparación, en Cuba todavía la dinámica sea más lenta, cuando en los países primermundistas e incluso del Tercer Mundo se vive corriendo.

Las personas permanecen en una carrera perpetua, un constante “no tengo tiempo”; al regresar cansadas del trabajo se reducen al hogar, socializan cada vez menos y consumen cada vez más, acaso no solo por las exigencias del mercado en su sentido más amplio, sino debido al ritmo contagioso como una epidemia de los tiempos modernos, que Charles Chaplin miró desde la pantalla grande con malicia de la buena, anticipada y magistralmente; como corresponde al arte mayor.

Cuba –debe apuntarse– no clasifica en ese patrón de un día a día desmedido, acompañado de una suerte de existencia hogareña en circuito cerrado, favorecida por la Internet en general y su mercado en particular. En la isla los agentes estresantes son las dificultades materiales de todo tipo

que afectan la vida cotidiana. Cubanas y cubanos viven en un escenario deprimido, subdesarrollado o perteneciente al eufemístico grupo de países en “vías de desarrollo”. Hay también una agresividad sin precedentes en la sociedad y una crisis de educación (no de instrucción) en general.

### **Los tiempos cambian**

La actual parece ser la época de las transformaciones masculinas a nivel internacional, la isla incluida: cejas bien delineadas mediante diferentes métodos de depilación, cortes de cabello estrafalarios y tintes en colores estridentes, impensables muy pocos años atrás. No hay barreras entre lo que pueden hacer y usar muchas mujeres y muchos hombres en cuanto a la “creación” de una fisonomía elegida.

Las preguntas son muchas, las respuestas también. Sin un basamento científico podría decirse que, en todo caso, esas actitudes reflejan una posible declaración de libertad, de afirmación muy particular de quién se es o se quiere ser *exterior* y (o) *interiormente*. Una afirmación del Yo, en el entramado de tendencias al uso.

Hoy, algunas habaneras conocidas públicamente, como Miriam Socarrás (ex presentadora de la meca cubana del ideal corporal de mujer, en especial mestiza, en el internacionalmente famoso cabaré *Tropicana* (actriz); Lizzete Vila (musicóloga, documentalista, promotora desde el centro que dirige, *Palomas*); Soledad Cruz, periodista, escritora, ex diplomática); Juanita García (poeta); Marianela Duflar (relacionista pública)..., han apostado, entre otras, por las canas.

Las que aún no se atreven tiñen sus cabellos de un rubio platinado que las acerca al níveo tono de las canas, de algún modo impuesto por una moda que no deja de ser oportunista, tanto en Cuba como en otros países, entre ellos Chile, donde son las mujeres de la clase media hacia arriba quienes, en un acto de “valentía”, acuden a los salones de belleza deseosas de exhibir un corte atrevido, rejuvenecedor, para dar el paso y estar en “la onda”. Las pobres, que no disponen de dinero para tal cosa, se dejan las canas sin otra alternativa. No tienen liquidez ni siquiera para costearse algo más necesario, por razones de salud y estéticas, como una prótesis dental.

En Cuba, las motivaciones son diversas. Algunas mujeres apuntan que siempre les gustaron las canas, pero no podían dejárselas por razones profesionales; que es absurdo intentar la negación de un hecho real como el envejecimiento. Para otras, la decisión pasa por los precios elevados de los servicios de peluquería (lo cual es común en muchos países), o una postura femenina (¿feminista?): “No tengo que ser linda, escultural... Soy así. Me acepto. Me quiero y estoy feliz, satisfecha, con esta mujer que he llegado a ser”, casi siempre, desde la desigualdad patriarcal.

De otra parte, no hay que olvidar que los servicios estomatológicos, oftalmológicos y las cirugías estéticas o de otra índole, como los restantes servicios médicos, son gratuitos en la isla.

Una prótesis dental total cuesta 20 pesos cubanos, cinco por debajo de un peso de la llamada moneda libremente convertible (CUC o “fula” y “chavito” en el lenguaje popular). Unos espejuelos bifocales no llegan a los 60 pesos; los progresivos no superan los 100 en las ópticas estatales en pesos cubanos. Hay algunas, también estatales (las menos), que solo admiten divisa.

Los medicamentos se venden a precios irrisorios; algunos de ellos mediante “el tarjetón” que garantiza la cantidad necesaria para el mes a las personas que padecen alguna enfermedad crónica: cardiovasculares, hipertensión, diabetes, asma...

### **Los problemas y el contexto**

Esa asunción de un aspecto natural en una visible cantidad de mujeres públicas, no pasa solo por una moda (aunque también), sino por el hecho real de que en el país 20 por ciento de la

población tiene más de 60 años y, en un futuro próximo, un tercio serán personas de la tercera edad. Hoy es mayor el número de ancianos que el de las y los niñas, niños y adolescentes.

Según el censo de 2014, de una población de 11.238.317 habitantes residentes, son mayores de 60-64 años: 304.442 mujeres y 284.875 hombres. La cifra de más de 65 años de edad se eleva a 1.551.421.

De otra parte, la población infantojuvenil de cero a 14 años suma 675.427 personas (347.838 niñas y adolescentes y 327.584 niños y jóvenes).

Las causas de la asimetría son, entre otras, la reducción de la natalidad, el aumento de la esperanza de vida (la expectativa de vida es 79 años de edad) y la emigración de jóvenes, tanto hombres como mujeres.

El problema salió a flote con fuerza en los círculos académicos hacia la opinión pública y ocupó un lugar en la agenda del Consejo de Ministros, que aprobó en octubre de 2014 una política para atender, aunque tardíamente, el complejo panorama demográfico, que incluye la estimulación de la fecundidad.

Aun cuando no se alcanzan índices etarios deseables –lo cual necesita no solo de una estrategia demográfica, sino liquidez y tiempo–, las autoridades de Salud Pública alertan con insistencia en la actualidad acerca de los peligros de la maternidad y paternidad precoces entre adolescentes, así como de los riesgos para las mujeres de más de 40 años y su descendencia. Una suerte de encrucijada entre población y repoblación; entre envejecimiento y natalidad; entre economía deprimida y necesidad de inversiones, de no poca monta, para hacer más llevadera la existencia de las personas de la tercera edad.

Imaginemos una sociedad envejecida. ¿Quiénes se encargan de la defensa, de la producción industrial y agropecuaria, de los servicios? ¿Cómo se desarrolla un país con un número de jóvenes muy inferior al promedio de los adultos de la segunda y tercera edad? ¿Cómo puede ser ese escenario para todos, jóvenes y personas ancianas?...

Es inevitable dejar de preguntarse cómo, con qué liquidez, el Estado introducirá los cambios al ritmo que requiere revertir la situación, amén de la política trazada en 2014, cuando aún es perceptible la rémora del llamado período especial de la pasada década del noventa, consecuencia de la caída del muro de Berlín que dejó al país sin el 85 por ciento de su comercio exterior, y cuando hoy se halla en el umbral de una transición, debida a las aún flamantes, pero sobre todo difusas relaciones con los Estados Unidos, a solo dos años de que el general presidente, Raúl Castro, ceda la dirección del país, de la llamada dirección de “los históricos” a otra generación joven, de personas nacidas en 1959 o con posterioridad.

Es interesante el hecho de que hoy se hable en términos de “tercera edad” y se eviten las palabras “vejez” y “ancianidad” porque, supuestamente, son despectivas. O –apunto yo– porque nos colocan sin ambages en un escenario que, bien visto, no es el idóneo, sino una realidad social muy compleja para la cual los países no están preparados y las acciones van por detrás. La isla incluida.

Aquí y allá se escapó la decisión gubernamental de anticipar las acciones a las consecuencias y requerimientos, que se iban apreciando en los censos de población, de una loable expectativa de vida mayor y creciente. De crear las condiciones para la calidad de vida de un grupo etario atravesado por vulnerabilidades de toda índole.

Este panorama real, que parece desolador (y es, en mi criterio, desolador), es visto sin embargo por la comunidad científica con buenos ojos, no solo en la isla: constituye un indicador del aumento de la esperanza de vida.

En un extremo del problema podríamos colocar a Cuba, país pobre, tercermundista (con innegables, eso sí, avances sociales); y en el otro, a Alemania, que posee una de las economías

más sólidas en Europa y mejores programas de atención a las personas de la tercera edad a nivel mundial.

### **Cuba: sus particularidades**

En ambos casos, los gobiernos y la comunidad científica no pueden soslayar el reto que impone el envejecimiento poblacional, irreversible en el corto y mediano plazos y que hay que asumir, al tiempo que se trazan estrategias y se emprenden acciones a marcha forzada, que deberían de ser a todo tren, para que la sociedad se adecue, en el menor tiempo posible, a indicadores deseables.

Las condiciones de vida para las personas de la tercera edad, en el caso cubano (sin establecer comparaciones con otras sociedades tercermundistas de América Latina y otros continentes), van a la zaga, a pesar de la atención médica gratuita, la ayuda económica a las personas más pobres, sin jubilación y amparo filial; la creación de círculos de abuelos; de comedores (uno por barrio) suscritos al Sistema de Atención a la *Familia (SAF)*, que comprende además la realización de un espectáculo cultural en esos lugares, una vez al mes, y el acceso a la educación universitaria también gratis, entre otras.

Anualmente aumenta el número de jubilados y jubiladas sin que se produzca, como es fácil inferir, un crecimiento deseable y necesario de la masa laboral.

El Estado incrementó, en el pasado reciente, las pensiones de las personas jubiladas. La mínima es de 200 pesos cubanos, la cual resulta insuficiente, si se tiene en cuenta el alto costo de los alimentos, desproporcionado, en relación con el nivel adquisitivo de la mayoría de las personas y el hecho de que el país funciona con dos monedas y no pocos de los productos básicos se adquieren en CUC o, de un tiempo a esta parte, su equivalente en pesos. (La compra de un CUC requiere el desembolso de 25 pesos cubanos.) Las pensiones continúan siendo exiguas, en particular para quienes viven solos y no reciben remesas del exterior, a pesar de los paliativos sociales.

Una frazada para limpiar el piso cuesta 20 pesos cubanos; un paquete de papel higiénico (de cuatro rollos) ha devenido, casi, objeto de lujo: más de un CUC o 25 pesos cubanos.

Estos y otros productos deben ser adquiridos en CUC porque no están incluidos en la menguada canasta básica, aunque son de primera necesidad.

Forman parte de la canasta básica, racionada por la "libreta de abastecimientos", per cápita, mensualmente: siete libras de arroz; 10 onzas de frijoles (o porotos, casi siempre negros); una libra de azúcar refinada y una de azúcar cruda; media libra de aceite; un paquete de café de 115 gramos; un kilogramo de sal cada tres meses; un paquete de espaguetis de 100 gramos siete veces al año, una caja de fósforos. Se venden de manera racionada, por igual *per cápita*: una libra de pollo y media de pollo y (o) pescado más para personas que padecen diabetes o tienen elevado el colesterol, aparte de una bolsa de leche descremada o no, según el caso. A partir de los siete años de edad, los niños reciben en lugar de leche, yogurt de soya (una bolsa de 100 gramos en días alternos); cinco huevos, media libra de carne molida de soya que alterna con igual cantidad de mortadela. La adquisición de todos esos productos no rebasa los 40 pesos cubanos (menos de 2 CUC), pues se trata de precios subsidiados por el Estado.

Es debido a la existencia de la canasta básica que se afirma que en Cuba nadie se muere de hambre. (La pobreza, por así decirlo, está repartida.)

En la actualidad, el gobierno remodela los Hogares de Ancianos, cuya cifra está –como se apuntó antes– muy por debajo de las necesidades crecientes y las disponibilidades de acceso son demasiado bajas (hay solo 143 en todo el país).

El estado precario de aceras y calles; la presencia de barreras arquitectónicas; la pobre iluminación de la vía pública; el escaso transporte colectivo fluido, sin pensar en otras comodidades

(¿necesidades?), como plataformas que los ayuden a subir y descender del ómnibus con o sin silla de ruedas; la alimentación no siempre acorde con los requerimientos nutricionales de esos grupos etarios, no dejan de constituir problemas para el Estado cubano que, inevitablemente, tiene que solucionarlos en el menor lapso posible, sin el respaldo de una economía sólida.

Las principales causas de muerte de la población mayor de 60 años se corresponden con afecciones propias de las edades avanzadas: enfermedades del corazón, tumores malignos y dolencias cerebrovasculares. Se observa una sobremortalidad masculina en relación con esas causas, con excepción de las enfermedades cerebrovasculares, en las que los niveles de mortalidad son ligeramente superiores en las mujeres.

Estos y otros índices obligan a las autoridades educacionales, en sincronía con las de salud pública, a incrementar el número de especialistas en geriatría, neurología, siquiatría y psicología.

### **Alzheimer. Amenaza creciente**

Ante el hecho de que la expectativa de vida va aumentando en numerosos países, necesariamente la política tendrá que cambiar y contemplar otras formas de pensar y actuar. Habrá que formar una nueva generación de expertos, llamada también a hacerse cargo de esa sociedad diferente. Una sociedad que estará amenazada, además de las enfermedades antes mencionadas, por un delicado estado de salud mental y la consecuente pérdida de facultades.

Habrá que preparar a las personas y a las familias para las interferencias que produce y producirá la pérdida progresiva de las actividades cerebrales superiores, conocida como demencia, entre las cuales la más mencionada es el Alzheimer. (Vale aclarar que la demencia tiene diferentes causas y no siempre se trata de Alzheimer, aunque popularmente se les endilgue a todas ese calificativo.)

Antes de llegar a ese estadio se producen olvidos, trastornos de la comprensión, el lenguaje y la conducta. Son señales de un deterioro cognitivo a las cuales no debe pasárseles por alto, por tratarse de “problemas que aquejan a los viejos y son inevitables”.

Hay algunas demencias curables; otras, las de trastorno neurocognitivo, aún no.

La presencia de demencia senil se ha triplicado a nivel mundial en los últimos 60 años: 47 millones de personas la padecen o pueden padecerla y es probable que la cifra se duplique en los próximos 20 años.

Esta es una situación que afectará no solo a países ricos.

El 10 por ciento de las personas que pasan de los 60 años de edad padece algún tipo de demencia; 1,4 por ciento vive con demencia. Para 2040 esa proporción puede llegar a 2,7 por ciento.

El impacto es económico y social. La demencia es una de las causas principales de discapacidad. Se necesitan, sin lugar a dudas, medidas urgentes para enfrentar el problema desde una perspectiva multisectorial.

El mundo vive un momento peculiar. Está llamado a escuchar las protestas de la madre tierra y reducir –cuando no eliminar– todos los factores de riesgo para su desaparición. Asimismo, hay que preservar la salud física y mental de las personas. El destino de la naturaleza y los seres humanos está en juego.

El 30 por ciento de las demencias pueden cambiarse, si se adoptan estilos sanos de vida. (Hay que evitar la hipertensión, la diabetes, el sedentarismo...) La piedra angular de la prevención son la educación y la rehabilitación.

Cuba cuenta con un programa y una estrategia para encarar la demencia, así como protocolos de investigación. Pero el problema es global y las soluciones están o deberán de estar en manos de

todos, países ricos y pobres. Unos y otros deberán contribuir también al desarrollo de nuevas tecnologías para conocer las personas más proclives y con alto riesgo de padecer demencia.

La mayor expectativa de vida es un logro que demanda, sin alternativa, cambios urgentes al interior de la sociedad, más o menos desarrollada, dondequiera que la población viva más. Cuba incluida.

En un escenario deseable, con una economía más sólida, gracias al turismo, la producción y comercialización de medicamentos de punta para el pie diabético, contra el cáncer y el infarto al miocardio, entre otros, el país podría remontar su dinámica demográfica en mejores condiciones, en especial si cesa el bloqueo y las futuras generaciones de dirigentes continúan y hasta mejoran las conquistas sociales. (2016).