

=====

BOLETIN DEL ENVEJECIMIENTO POSITIVO

<http://www.healthandage.com>

[www.taosinstitute.net](http://www.taosinstitute.net)

marzo - abril, 2010

=====

Boletín del envejecimiento positivo, por Kenneth y Mary Gergen, dedicado al diálogo productivo entre la investigación y la práctica. Financiado por la Web-based Health Education Foundation (Fundación de la educación para la salud basado en Internet) y el Instituto Taos (Taos Institute). Traducido por Mario A. Ravazzola; supervisado por la Dra. María Cristina Ravazzola de Mazières.

"EL MEJOR EN... INSIGHTS SOBRE EL ENVEJECIMIENTO"

*Wall Street Journal*

Número 48

=====

- COMENTARIO: Alzheimer: una mirada más prometedora
  - INVESTIGACIÓN: La sabiduría emocional con la edad  
Encuentros de pareja online entre los ancianos
  - EN LAS NOTICIAS:
    - Negocio/caridad/alegría
    - Previendo la diabetes: la manera divertida
    - Respuestas a la pérdida de la otra persona
    - Jubilarse: una oportunidad para un compromiso más amplio
  - CRÍTICA LITERARIA, SITIOS EN INTERNET Y HUMOR:
    - El envejecimiento gastronómico, por Martin Kimeldorf
  - RESPONDEN LOS LECTORES
  - INVITACIÓN ABIERTA
  - PRÓXIMOS EVENTOS
  - Información para los lectores
- 

\*\*\* COMENTARIO: Alzheimer: una mirada más prometedora \*\*\*

Creemos, comúnmente, que hay una enfermedad llamada Alzheimer y tratamos a los enfermos como pacientes. En efecto, pensamos en el Alzheimer apenas como otra enfermedad médica, como el cáncer o la poliomielitis. Sin embargo, está creciendo la opinión de que tal creencia es injustificada e inútil. Considere, por ejemplo, el trabajo de Peter Whitehouse, un médico que ha pasado 30 años de su vida profesional realizando investigaciones (incluyendo estudios de drogas), revisando las publicaciones médicas y tratando a las personas diagnosticadas con la enfermedad. Su conclusión es que el modelo de la enfermedad no sólo es incorrecto, sino inhumano e, incluso, inmoral.

En su nuevo libro, *The Myth of Alzheimer's* (El mito del Alzheimer), él y Daniel George sugieren que reconsideremos el proceso del envejecimiento, particularmente las maneras normales en las cuales el cerebro cambia bajo varias condiciones de vida. Dependiendo de factores tales como, por ejemplo, los ejercicios físicos y mentales, el hábito de fumar y las dietas, estos cambios pueden ser más o menos debilitantes. La visión médica dominante es que esta enfermedad puede ser tratada con drogas y que, con bastante dinero, la industria

farmacéutica proveerá la curación. Más bien, Whitehouse y George proponen que haríamos mejor si nos centráramos en lo que podemos hacer para mejorar la salud de nuestro cerebro, aceptemos que nuestros cuerpos tienen limitaciones, y nos opongamos a nuestro peor enemigo cuando envejecemos: ¡el temor!

Según su libro, “Reencuadrar la enfermedad de Alzheimer como el envejecimiento del cerebro y así alterar fundamentalmente la historia que contamos acerca de la pérdida cognoscitiva puede tener efectos profundos sobre nosotros mismos, nuestros seres amados, nuestras comunidades, nuestra políticas de gobierno y nuestro comercio. Al colocarnos en el *continuum* (N. del T.: término que se refiere a la idea de que, para alcanzar un óptimo desarrollo físico, mental y emocional, los seres humanos —especialmente los bebés— necesitamos vivir las experiencias adaptativas que han sido básicas para nuestra especie a lo largo del proceso de nuestra evolución) del envejecimiento cerebral y viéndolo como una tarea de por vida antes que una enfermedad del final de la misma, hallaremos la solidaridad con todos los miembros vulnerables de nuestra sociedad: desde nuestros niños a nuestros ancianos.”

Otros profesionales apoyan y amplían esta visión. En *Dementia Studies* (Estudios de la demencia), Anthea Inne también enfatiza la importancia de desafiar las suposiciones. Ella contempla, especialmente, las cuestiones políticas, económicas, sociales y culturales que influyen las perspectivas sobre los pacientes y sus cuidadores. Ve una degradación estereotipada de la gente con demencia, que afecta a cómo los cuidan y a cómo se perciben sus cuidadores. Esta preocupación por la estereotipia se amplía con Lisa Snyder, en *Speaking our Minds: What it's like to have Alzheimer's* (Expresando nuestros pensamientos: cómo es tener Alzheimer). El diagnóstico de Alzheimer, en su opinión, invita a una insensibilidad a las capacidades del paciente para el conocimiento, y para sus necesidades y deseos. Las personas entrevistadas por Snyder hablan de su miedo, sus desafíos, los sistemas sociales de apoyo, sus sensaciones de soledad, los medios para superar sus límites, y de la alegría que experimentan en sus vidas a pesar de su diagnóstico. Quizás, la última sensación es la más sorprendente para aquellos que, como nosotros, tienen una postura de “pobres de ustedes” cuando pensamos en las personas rotuladas como dementes. Snyder dice de sus entrevistados que ellos “me recordaron cómo medimos rápidamente inhabilidad, déficits y diferencias, a riesgo de desatender capacidad, fortaleza y concordancia” (pág. 34). Entre las fuerzas que observa, está la capacidad de encontrar humor en una situación, incluso si uno necesita alguien que le ayude a comer. Snyder sugiere que en las narraciones que estructuran la pérdida, el público refuerza un mal estereotipo. Antes que esto, debemos entender que toda la gente tiene capacidades para la reflexión y el autoconocimiento, y que todos poseen una voz que debe ser escuchada.

Como una adición interesante, Anne Basting, en su *Forget Memory* (Olvidar la memoria), desafía la centralidad de “recordar” en nuestra cultura. Basting sugiere que la tensión puesta en la memoria y su pérdida omiten enfocarse en la imaginación, que es una capacidad que se puede encontrar a menudo en la gente que ha perdido algunas de sus otras capacidades cognoscitivas. Hay varios programas que pueden ayudar a la gente a mejorar su imaginación, y ella sugirió que estos programas acentúen el valor de estar en el presente, algo en que los pacientes son, a menudo, muy buenos. También acentúa la naturaleza relacional de la memoria como algo que existe entre la gente, no dentro de ella. Los programas preferidos incluyen a StoryCorps, Memory Bridge (El puente de la memoria), TimeSlips, Meet Me at MoMA (Encuétrame en MoMA [N. del T.: se refiere al Museum of Modern Art o Museo de Arte Moderno que, dentro de sus actividades, tiene un programa especial dedicado a la gente con la Enfermedad de Alzheimer]), Elders Share the Arts (Los ancianos comparten las artes), así como grupos de autores de letras para canciones y de artes visuales.

Mary y Ken Gergen

Anthea Innes (2009). *Dementia Studies: A social science perspective* (Estudios de la demencia: una perspectiva desde las ciencias sociales). Thousand Oaks, CA: Sage.

Anne Davis Basting (2009). *Forget memory: Creating better live for people with Dementia* (Olvidar la memoria: creando una vida mejor para la gente con demencia). Baltimore, MD: Prensa de la Universidad John Hopkins.

Lisa Snyder (2009). *Speaking our minds: What it's like to have Alzheimer's* (Expresando nuestros pensamientos: cómo es tener Alzheimer). Baltimore, MD: Prensa de las profesiones médicas.

Peter Whitehouse y Daniel George (2008) *The Myth of Alzheimer's: What you aren't being told about today's most dreaded diagnosis* (El mito de Alzheimer: lo que no le están diciendo del diagnóstico más temido de hoy en día). Nueva York: Prensa de St. Martin.

=====

\*\*\* INVESTIGACIÓN: La sabiduría emocional con la edad \*\*\*

La experimentada investigadora Laura Carstensen ha sido largamente identificada con la investigación sobre la emoción y el envejecimiento. En esta revisión, ella y su colega Susanne Scheibe sintetizan la investigación sobre el proceso emocional y la regulación, es decir, cómo la gente aborda las experiencias que tienen una alta significación emocional. De forma estereotípica, se piensa en los ancianos como personas, a menudo probablemente tristes, deprimidas y solas. Sin embargo, esta asunción es profundamente dañina. A pesar de los desafíos de las fuentes cognoscitivas, físicas y sociales, la mayoría de la gente de edad avanzada en la mayor parte de sus años por vivir son personas emocionalmente bien equilibradas. Los ancianos tienden a ser más felices y más estables emocionalmente que los jóvenes.

La investigación sugiere que, en promedio, la gente de edad tiende a prestar más atención a las noticias positivas y menos a la información negativa. Este hallazgo se ha encontrado en las tareas que demandan atención, memoria y toma de decisión. La excepción a esta propensión a la positividad sucede cuando los ancianos se exponen a una situación amenazante inmediata; es entonces que esa tendencia no se encuentra. En términos de regulación emocional, los ancianos registran notas superiores que los jóvenes adultos en tres de cuatro aspectos de la prueba de inteligencia emocional. Estos factores son: facilitar, entender y manejar la emoción.

Muchas de las ventajas de los ancianos residen en la manera en la cual seleccionan sus ambientes y se preparan para las experiencias emocionalmente intensas antes de que ocurran. Este ensayo imaginativo es, posiblemente, una razón por la que los ancianos son menos proclives a responder de inmediato a muchos acontecimientos emocionalmente excitantes que la gente más joven (aquéllos no están menos afectados, por ejemplo, cuando se enfrentan con la pérdida de un ser amado. En ese caso, expresan más tristeza y se conmueven psicológicamente más que los jóvenes). La gente de edad tiende a preferir reuniones sociales con otros familiares y a pasar menos tiempo con extraños, a evitar las confrontaciones y situaciones que les son hostiles, y parecen tener visiones más complejas de las situaciones preocupantes que la gente más joven. Esto les ayuda a reducir las emociones conflictivas. Uno podría decir que tienden a ver el mundo "color de rosa", lo que puede deteriorar su capacidad de detectar el engaño y el fraude.

Una explicación posible para este positivismo sería que, debido a su larga experiencia en la regulación emocional, los ancianos llegan a ser cada vez más expertos en tratar con situaciones intensas. También, pueden llegar a estar cada vez más motivados para utilizar estas habilidades al detectar que el "tiempo se está acortando". Dado que la futura trayectoria es más corta, llega a ser más importante gozar de cada día, y no sufrir por metas de largo plazo, como lo hace a menudo la gente joven cuando está trabajando por una cierta

recompensa futura, tal como un grado avanzado en su carrera. Sólo cuando se enfrenta con una muerte inminente, esta actitud optimista tiende a disminuir.

Por sobre todo, la vida emocional de los ancianos es muy recomendable, y es algo que los jóvenes podrían envidiar y prever mientras envejecen.

De: *Emotional aging: Recent findings and future trends* (El envejecimiento emocional: los recientes hallazgos y las futuras tendencias), por Susanne Scheibe y Laura L. Carstensen. *Diario de la gerontología: Ciencias psicológicas*, 2010, 65B, 135-144.

=====

\*\*\* INVESTIGACIÓN: Encuentros de pareja online entre los ancianos \*\*\*

Puesto que febrero es el mes de las tarjetas del día de San Valentín, y los pensamientos pueden derivar hacia el romance, es interesante conocer las tendencias en la citación online entre los ancianos. ¿Qué están buscando, y cómo funcionan sus opciones comparadas con las generaciones más jóvenes que están también buscando pareja online?

En esta investigación fueron estudiados 600 correos electrónicos personales a partir de cuatro grupos de personas, divididos por la edad (20-34; 40-54; 60-74 y +75). Todos buscaban alguien del sexo opuesto; 84 eran caucásicos; 38 tenían grados universitarios, y con el aumento de edad, la gente tendía a ser viuda y/o retirada del empleo activo. Todos los participantes fueron reclutados de los anuncios personales en Yahoo!, y acordaron completar un cuestionario. En la primera sección del cuestionario, la gente se describió a sí misma y a su pareja ideal, usando respuestas de la opción múltiple a las preguntas sobre miradas, pertenencia étnica, religión, renta, etc. En la segunda parte, escribieron un pequeño ensayo - "En mis propias palabras" -, en el cual se describieron y a la pareja deseada.

Como la investigación lo demostró, en todas las edades, las mujeres deseadas por los hombres eran más jóvenes que ellos mismos. Además, cuanto más viejo era el hombre, mayor era la discrepancia entre su edad y la de su pareja deseada. Así, por ejemplo, un hombre de 20 años puede preferir a una mujer que no sea mayor de 19, un hombre de 30 años prefiere a una mujer que no sea mayor de 25, y un hombre de 60 años prefiere a una mujer que no tenga más de 45. Las mujeres prefirieron, constantemente, a un hombre mayor que ellas, hasta la edad de 75 años; de esa edad en adelante, buscaron a hombres que fueran más jóvenes que ellas. Los investigadores se sorprendieron de que algunas mujeres cercanas a sus 75 años todavía prefirieran a un hombre mayor, dado que las mujeres de otra investigación declararon que no querían ser otra vez cuidadoras o viudas. Por sobre todo, sin embargo, las mujeres se hallaron deseables, por lo menos por algunos hombres, sin importar la edad.

Además, las mujeres de todas las edades quisieron a un hombre que tuviera un status bastante alto. Los investigadores sugirieron que las mujeres fueron más "criticonas" que los hombres cuando tenían que seleccionar a un socio. Más a menudo que los hombres, las mujeres tenían requisitos específicos en mente, en términos de descripción de su compañero ideal. Los hombres parecían más impacientes que las mujeres en volver a tener su pareja. Esto, por supuesto, es muy sabio, dado que la unión en pareja es ventajosa para vivir más y mejor que permanecer solo, especialmente para los hombres.

De: *Partner preferences across the life span: Online dating by older adults* (Las preferencias de pareja a través de la vida: las citas online de los ancianos), por Sheyna Sears-Roberts Alterovitz y Gerald A. Mendelsohn. *Psychology and Aging* (Psicología y envejecimiento), 2009, 24.513-517.

\*\*\* EN LAS NOTICIAS \*\*\*

#### \* NEGOCIO/CARIDAD/ALEGRÍA

Al Chagan, de 67 años de edad, se describe a sí mismo como un empresario de carrera que ha pasado sus últimos años convirtiendo “cosas” usadas en beneficio. Sus establecimientos, llamados “Impact Thrift Stores, Inc.”, que están situados en tres ciudades en el área de Filadelfia, venden ropa y artículos para el hogar “usados en buen estado”. Los beneficios de las ventas luego se derivan hacia organizaciones caritativas ubicadas en el área. En 2009, Impact donó u\$s 173.000 a 20 instituciones locales, y antes de que finalice 2010, la cantidad excederá de u\$s 1.000.000.

Las tiendas son atendidas por 95 trabajadores, de tiempos completo y parcial. Algunos de ellos han sido condenados por la justicia al servicio comunitario. Allí aprenden buenos hábitos de trabajo y hacen contribuciones a la comunidad. Jon Walsh (18) fue enviado hace tres años para realizar 20 horas de servicio comunitario para la escuela de la cual se escapaba reiteradamente. Disfrutó tanto de su experiencia que continúa trabajando allí después de la escuela, descargando los camiones y clasificando mercancías. Para Walsh, “es como una segunda familia”. A lo largo del año, cerca de 35 estudiantes participan en un programa educativo generado en Impact. 200 estudiantes adicionales contribuyen con su tiempo, como voluntarios. Su trabajo permite que el negocio prospere con precios moderados y ayuda a generar los beneficios que van a la caridad.

Al Chagan, quien se ha graduado en Economía en la Universidad de Colgate y posee un MBA de la American University, no tiene ningún interés en retirarse de la actividad. No envidia a sus antiguos compañeros de clase, quienes se ocupan más del campo de golf que de un negocio. “Odiaría ser retirado. Poder estar implicado en algo como esto, algo que cuenta y que disfruto, es una verdadera bendición a mi edad, la guinda del pastel.”

De: *At 67, Mixing business and charity* (Mezclando negocios y caridad, a los 67 años), por Art Carey, *Philadelphia Inquirer* (El investigador de Filadelfia), 15 de marzo de 2010, B1, B6.

#### \* PREVINIENDO LA DIABETES: LA MANERA DIVERTIDA

La diabetes tipo 2 no es extraña para los mayores. A pesar de eso, hay algunas maneras “divertidas” de comer y de beber que parecen reducir el riesgo de adquirirla. De acuerdo a “*Healthy Eating for Type 2 Diabetes* (Una alimentación sana para la diabetes tipo 2)”, una publicación de la Facultad de Medicina de Harvard, tomar café acorta el riesgo de la diabetes hasta un 42%, y tomar unas gotas de una bebida alcohólica hasta un 43%. El Dr. David Nathan, director del Centro de la Diabetes del Hospital General de Massachusetts, aconseja comer de la manera que puedan convivir con ella. Idealmente, esto significaría una gran cantidad de productos agrícolas, granos enteros, proteína magra y grasas no saturadas, con una mínima cantidad de azúcares y almidones refinados, carnes rojas y sal.

De: *Preventing diabetes- the fun way* (Previniendo la diabetes: la manera divertida), por John Briley, *Magazine of AARP*, noviembre de 2009, 34.

#### \* RESPUESTAS A LA PÉRDIDA DE LA OTRA PERSONA

A medida que envejecemos, encontramos cada vez más situaciones en las que alguien ha perdido a un ser amado. ¿Cuáles son las mejores cosas para decir cuando encontramos a un amigo o a un colega en esta situación? Joel D. Feldman escribe de su experiencia personal, ante la pérdida de una hija. Estas son sus opiniones sobre cuáles son las cosas apropiadas para decirle a alguien que está afligido:

Aunque “¿Cómo le va?” es un comentario familiar, él lo encontró difícil de responder, y sugiere que: “¿Cómo está usted hoy?” es una pregunta más provechosa.

“¿Qué puedo decirle?” no ayuda mucho, pero: “Pensaba en usted y su familia” se siente de más ayuda.

Sólo escuchar a la otra persona cuando tiene deseos de hablar es una gran ayuda. No es importante tener siempre algo que decir.

Mientras que algunas personas temen mencionar la pérdida, Feldman aprecia a la gente que habla sobre su hija, porque es una manera de mantenerla viva en su memoria.

Sugiere también que la gente no juzgue los modos como se sienten afligidos los demás. A veces es posible reír y vivir normalmente, a pesar de una pérdida.

Algunos creen que la persona afligida quiere que la dejen sola. Para él, tener a otros a su alrededor y conectarse con ellos fue muy provechoso. Nunca se sintió invadido.

¿Cuándo es demasiado tarde para enviar una tarjeta? Él siente que nunca. Después de una pérdida hay muchos mensajes de condolencias, pero cuando pasa el tiempo y disminuyen, el mundo parece un lugar aún más solitario para estar.

De: *Simple acts ease great pain* (Los actos simples alivian un gran dolor), por Joel D. Feldman, *The Philadelphia Inquirer*, 5 de abril de 2010, A11

#### \*LA JUBILACIÓN: UNA OPORTUNIDAD PARA UN COMPROMISO MÁS AMPLIO

Chesley “Sully” Sullenberger (59), el piloto que aterrizó en el río Hudson en Nueva York, después de que unos gansos fueran aspirados por los motores de su avión, el 15 de enero de 2009, ha completado el vuelo final de su carrera. Antes del aterrizaje de emergencia, nunca había planeado retirarse. No se está alejando de volar porque haya perdido el deseo, sino, como expresó: “Me estoy retirando de la línea aérea para poder utilizar mi tiempo en otras implicaciones de gran importancia en estos momentos”. Su foco principal se relaciona con la factura de un vuelo más seguro. Ser piloto hoy en día es más difícil, cree, que cuando comenzó, hace 30 años. Al mismo tiempo, “hay mucha presión para contratar a gente con menos experiencia. Los sueldos de los pilotos son tan bajos que la gente con mayor experiencia no tomará esos trabajos... Simplemente, no hay substitutes con experiencia en términos de seguridad de la aviación”. Además de pasar más tiempo con la familia y de escribir otro libro, Sullenberger planea “hacer lobby” a los legisladores por el aumento de las calificaciones mínimas para los pilotos y la baja de la cantidad de horas que los pilotos deben volar por día. Para “Sully”, el retiro no significa una menor participación con el mundo, sino, además, trabajar en una nueva posibilidad de ahorrar más vidas que las 150 que lo acompañaron en ese día profético del pasado mes de enero.

De: “*Hudson Miracle*” *pilot makes his final flight* (El piloto del “Milagro del Hudson” hace su vuelo final), por Mitch Weiss y Samantha Bomkamp. *Philadelphia Inquirer*, 4 de marzo de 2010, A2.

#### \*\*\* CRÍTICA LITERARIA \*\*\*

\* *Gourmet Aging: How to Find Sugar and Spice in Retirement* (El envejecimiento gastronómico: cómo hallar los condimentos en el retiro), por Martin Kimeldorf (2003). [Buscar en internet “Martin Kimeldorf”, por éste y otros libros que ha escrito sobre el envejecimiento positivo].

El envejecimiento gastronómico consiste en desarrollar un novedoso plan para incorporar una nueva etapa de la vida, que podría llamarse Elderhood (Ancianidad, Edad de los Mayores). La esperanza es que este período de vida le ayudará a condimentar una identidad emergente con la jubilación, antes que la angustia. Para estimular sus memorias e

imaginaciones, cada capítulo contiene los ejercicios del “amanecer”, que le ayudan a encontrar nuevas maneras de perseguir su segunda carrera en la vida. Algunas de las preguntas que el autor, Martin Kimeldorf, pide que los lectores reflexionen son: ¿Dónde me ubico ahora en el mundo? ¿Cómo puedo volver a descubrir las sensaciones apasionadas que tenía cuando era más joven? ¿Es aceptable jugar? ¿Qué se espera de mí? ¿De qué se trata todo?

Kimeldorf describe su libro como “de cocina”, sin dar la receta del sistema para una edad avanzada agraciada, agradecida y gratificante. Más bien, ofrece las oportunidades para que los lectores diseñen su propio menú para un futuro positivo, con útiles consejos para explorar su propia historia particular de sueños y de hechos. El texto combina información sobre varias narraciones históricas y hechos demográficos con anécdotas hábilmente escritas y actividades creativas para que el lector las utilice para estimular sus pensamientos. Como los alemanes, podrían decir: “¡Guten Appetit!”.

\*\*\* RESPONDEN LOS LECTORES \*\*\*

\* Mike Sands escribe: “He conducido un programa llamado *Winning Words* (Palabras ganadoras)- al principio pedimos que las personas se pregunten entre ellas: “Cuénteme de alguna experiencia que haya apreciado”; los mejores momentos de descubrimiento que han ocurrido sucedieron cuando la gente encontró que al expresar sus respuestas a la pregunta elevaron sus propios espíritus - una y otra vez; y parece que la sensación de la respuesta les ayudó a hacerles la pregunta a los otros (y que también se sintieran bien).

\* Georgie Bright Kunkel escribe: “A los 89 años acabo de recibir mi primera paga por una comedia de pie (N. del T.: standup comedy o comedia de pie es aquella en la que el artista sale a escena a realizar un monólogo, sólo con sus chistes y anécdotas). También conseguí mi primera oportunidad de ser la estrella en una noche de comedia en la *Seattle Comedy Underground* (Teatro de comedia no convencional de Seattle). Mi secreto para seguir en el primer plano es adquirir un nuevo desafío de vez en cuando. Como resultado de ser el cómico de pie más viejo del noroeste me ofrecieron participar en nuestra estación de televisión local, el canal 5, en su revista de la tarde. Es emocionante.”

\* Jim Henry escribe: “Les saludo. Para vuestra información, mi artículo, ‘*The Androgynous Spirituality of Seasoned Humans* (La espiritualidad andrógina de los seres humanos expertos)’, ha sido publicado por la Asociación Gerontológica Canadiense de Enfermeras en: [http://www.cgna.net/newsletters/Volume26\\_4.pdf](http://www.cgna.net/newsletters/Volume26_4.pdf) (véanse págs.19-27) Está disponible para el público en general.”

\*\*\* INVITACIÓN ABIERTA \*\*\*

Algunos lectores preguntan si pueden reproducir o distribuir los materiales publicados en este boletín. Estamos muy complacidos por cualquier expansión en su circulación.

Damos libertad para utilizar cualquier artículo o todos los que se encuentran en el boletín, pero confiamos en que ustedes lo van a reconocer como fuente.

\*\*\* PRÓXIMOS EVENTOS \*\*\*

El 6º Congreso mundial sobre el prejuicio del envejecimiento y las generaciones, en 2010, tendrá lugar entre el 25 y el 28 de agosto en St. Gallen, Suiza. Como en los últimos años, el Congreso será una plataforma donde los académicos, los empresarios, los responsables políticos y los médicos de diversos campos se reúnen para compartir su experiencia y pericia para hacer frente a los desafíos del cambio demográfico. Los asuntos se tratan en cooperación

con nuestros socios, incluidos: *Product Development and Design, Using the Experience of the Older Worker, Quality of Life and Health, Healthcare Reform, Dementia, and Geopolitics* (Desarrollo de productos y diseño, Usando la experiencia de los trabajadores ancianos, Calidad de vida y salud, Reforma del cuidado médico, Demencia, y Geopolítica, respectivamente).

Para más información: [csutter@wdaforum.org](mailto:csutter@wdaforum.org)

=====

**\*\*\* Información para los lectores\*\*\***

- Consultas y colaboraciones

Si desea formular preguntas o posee algún material que desee compartir con los demás lectores del boletín, por favor envíe un e-mail a Mary Gergen a: [gv4@psu.edu](mailto:gv4@psu.edu)

- Números anteriores

Las anteriores ediciones del boletín están archivadas en:  
<http://www.taosinstitute.net/positive-aging-newsletter>

- Cómo suspender su suscripción o modificar su dirección de correo electrónico

Confiamos en que usted disfrute el boletín, pero si por cualquier motivo desea dejar de recibirlo, por favor haga clic aquí:

<http://newsletter.trustly.net/public/unsubscribe.jsp?gid=600009583&uid=6079867208&mid=600210110&sig=OPHFPNMIJFPBCDMD>

Para cambiar su dirección, envíe un correo electrónico a Mary Gergen a: [gv4@psu.edu](mailto:gv4@psu.edu)

=====

Para información de carácter general: <http://www.healthandage.com/>

Vea también las nuevas actividades del instituto de Taos:

<http://www.taosinstitute.net/>

=====