

JORGE WOODBRIDGE GONZÁLEZ



COSTA RICA:

RETO
SIGLO
21

REVOLUCIÓN
DEMOGRÁFICA



Woodbridge González, Jorge.
Reto de la Revolución Demográfica Siglo 21
1a Edición. Colección Costa Rica: Reto Siglo 21
Alajuela, Costa Rica. 2025
150 pp. Ediciones JWG.

Libro de conversaciones - Programa Reto Siglo 21.
Autor: Jorge Woodbridge González



STUDIO HOTEL
******Boutique*

Agradecimiento especial a Studio Hotel, Santa Ana



Diseño, diagramación y concepto editorial:
Juan Diego Otalvaro Ortega - jd@theroversquest.org
theroversquest.org



Grabación y Filmación de Entrevistas:
Amanda Agüero - framefilmscr@gmail.com

Prohibida la reproducción total o parcial del contenido de esta obra sin la autorización del autor.

Reservados todos los derechos. Se autoriza la reproducción y difusión de los contenidos de este libro para fines educativos u otros no comerciales, siempre que se reconozcan los créditos de la obra en las citas y referencias.



Reto de la Revolución Demográfica Siglo 21

Por: Jorge Woodbridge González

NOTA EDITORIAL

Hay transformaciones que no hacen ruido, pero lo cambian todo. Costa Rica está viviendo una de ellas. Sin estridencias, sin anuncios grandilocuentes, nuestra sociedad ha comenzado a envejecer, y con ello se abre una etapa completamente nueva de nuestra historia. Este libro nace de esa toma de conciencia: de la necesidad de detenernos a observar con mayor profundidad el país que estamos siendo y, sobre todo, el país que podemos llegar a ser.

A lo largo de estas páginas, el autor nos guía con una voz cercana y reflexiva, construida desde la experiencia, la escucha y el diálogo con múltiples miradas. No se trata únicamente de cifras o proyecciones, sino de personas, de vidas más largas, de familias que cambian, de instituciones que deben adaptarse y de un futuro que ya empezó a tocar la puerta. Lo que aquí se plantea no es una advertencia, sino una invitación a pensar distinto.

Porque si algo atraviesa este ensayo es una convicción profunda: envejecer como sociedad no es una derrota, es un logro. Y como todo logro, trae consigo nuevos desafíos, pero también posibilidades inmensas. Este libro propone mirarlas de frente, con sensibilidad y con responsabilidad, entendiendo que en esa longevidad que hoy nos interpela puede estar también la clave para construir una Costa Rica más humana, más sabia y más unida.

CIUDADANOS COMPROMETIDOS
**RETO
SIGLO
21**
CON COSTA RICA

ÍNDICE GENERAL

6 Nota editorial

12 Presentación

16 *Capítulo 1*

El Reloj de Arena Invertido:
El Cambio Silencioso que Redefine
el Futuro de Costa Rica

30 *Capítulo 2*

El Precio de la Victoria:
De Curar la Enfermedad a Cultivar la Vida

44 *Capítulo 3*

El Contrato Invisible:
Pensiones y la Redefinición
del Pacto Intergeneracional

56 *Capítulo 4*

El Aula Infinita:
Educación sin Fecha de Caducidad

68 *Capítulo 5*

El Yunque y la Plata:
Trabajar, Producir y Crear Riqueza
en una Sociedad Longeva

82 *Capítulo 6*

La Nueva Ecuación:
Cómo Crecer cuando la Población
deja de Crecer

94 *Capítulo 7*

El Eco en la Habitación Vacía:
La Dimensión Humana del Envejecimiento

108 *Capítulo 8*

La Geometría de la Dignidad:
Planificación Urbana, Accesibilidad
y el Espacio donde Viviremos más Años

120 *Capítulo 9*

El Hilo Invisible:
Familia, Cultura y el Nuevo Contrato Social

130 *Capítulo 10*

El Horizonte Dorado:
Construir una Sociedad Longeva Exitosa

140 *Conclusión*

El Tapiz de una Nación:
La Memoria Compartida

*Un país no envejece cuando suma
años, envejece cuando deja de
imaginar su futuro.*

Hay momentos en la historia de un país en los que el cambio no llega con estruendo, sino en silencio. No irrumpe, se infiltra. No divide épocas de forma evidente, pero termina transformándolo todo. Costa Rica está viviendo uno de esos momentos. Mientras seguimos discutiendo los problemas urgentes del presente, una transformación más profunda ya está en marcha: estamos envejeciendo, y lo estamos haciendo a una velocidad que no admite indiferencia.

PRESENTACIÓN

El Desafío Invisible: Reinventar Costa Rica desde la Longevidad

La tesis de este libro es clara, aunque desafiante: el verdadero reto del siglo XXI no es sostener a una población mayor, sino integrar plenamente su talento, su experiencia y su capacidad productiva para reinventar el país. Durante décadas, construimos nuestras instituciones bajo la lógica de una sociedad joven, en crecimiento constante, donde el motor del desarrollo era la cantidad. Hoy, esa realidad ha cambiado. El futuro ya no dependerá de cuántos somos, sino de qué tan bien somos capaces de aprovechar el potencial de cada etapa de la vida.

Este no es un libro sobre el envejecimiento entendido como problema. Es un ensayo sobre la longevidad como oportunidad. Es una invitación a cuestionar ideas profundamente arraigadas: la noción de retiro como desconexión, la visión de la vejez como carga, la creencia de que la innovación pertenece únicamente a los jóvenes. Aquí se propone, en cambio, una nueva mirada: una sociedad que aprende a envejecer con propósito puede convertirse en una sociedad más sabia, más productiva y más solidaria.

A lo largo de estas páginas, el lector encontrará no solo un diagnóstico de los desafíos que enfrentamos —en salud, pensiones, educación, mercado laboral y cohesión social—, sino también una propuesta de transformación. Una que exige repensar nuestras instituciones, rediseñar nuestro contrato social y, sobre todo, cambiar nuestra mentalidad colectiva. Porque el mayor obstáculo no es demográfico ni financiero; es cultural.

Pocos países cuentan con la combinación de cohesión social, tradición solidaria y estabilidad democrática que nosotros hemos construido a lo largo del tiempo. Si logramos anticiparnos, si actuamos con visión y responsabilidad, podemos convertirnos en un referente de cómo una nación enfrenta la longevidad no desde el miedo, sino desde la inteligencia y la humanidad.

Este libro no pretende ofrecer respuestas definitivas. Pretende, más bien, abrir una conversación impostergable. Invitar a pensar, a cuestionar y a imaginar. Porque el futuro no es algo que simplemente ocurre: es algo que decidimos construir. Y en esa decisión, la forma en que entendamos y abracemos nuestra propia longevidad definirá, en gran medida, el país que seremos.

*Cada generación hereda un país, pero
también la responsabilidad de redefinirlo.*




Jorge Woodbridge González



Capítulo 1

El Reloj de Arena Invertido

**El Cambio Silencioso que Redefine
el Futuro de Costa Rica.**



El país ha agotado su bono demográfico. El crecimiento ya no puede sostenerse en la simple incorporación de más personas a la fuerza laboral, sino que exige una transformación profunda hacia la productividad, la innovación y el aprovechamiento del talento en todas las etapas de la vida.

En mis años de vida, el privilegio de la retrospectiva me permite observar a Costa Rica no como una fotografía estática, sino como una película en constante movimiento. Quienes hemos tenido la oportunidad de recorrer varias décadas de historia nacional, y además hemos servido desde las trincheras del gobierno y la empresa pública, sabemos que las verdaderas transformaciones de un país rara vez se anuncian con trompetas. Las grandes transformaciones históricas rara vez anuncian su llegada de forma estruendosa o acompañadas de discursos solemnes. Simplemente comienzan de manera imperceptible, y cuando finalmente logramos comprender su magnitud, ya han cambiado absolutamente todo.

Durante mi tiempo en la función pública, las urgencias de Costa Rica tenían el rostro de la juventud. El imperativo del Estado, las discusiones en los ministerios y los debates en las juntas directivas giraban en torno a un país que crecía a pasos agigantados. Había que construir escuelas en cada rincón, inaugurar salones de maternidad, expandir las universidades y generar empleos para oleadas masivas de jóvenes que se incorporaban cada año a la fuerza laboral. Gobernar, en aquel entonces, era administrar la abundancia demográfica. Ese era el país que conocimos, el país que diseñamos y el país para el cual construimos nuestras instituciones más emblemáticas. Sin embargo, ese país ya no existe.

A través de mi programa, “Reto Siglo 21”, he tenido el inmenso honor de sentarme a conversar con mentes brillantes: demógrafos, economistas, médicos, urbanistas y líderes sociales que, semana a semana, me han ayudado a armar el rompecabezas del país que somos hoy. Las ideas que plasmó en estas páginas no son un mérito exclusivo de mi intelecto, sino el destilado de esas conversaciones profundas, el aprendizaje continuo que me regala escuchar a quienes estudian y palpan las grietas y las esperanzas de nuestra nación. Fue en esos diálogos donde terminé de comprender que, mientras nosotros debatíamos sobre inflación, infraestructura o déficits fiscales, un fenómeno silencioso avanzaba por debajo de la superficie: cada generación comenzaba a tener menos hijos que la anterior, al mismo tiempo que las personas lográbamos vivir cada vez más años.

Esta doble fuerza —la disminución sostenida de la natalidad y el aumento acelerado de la longevidad— no es una simple curiosidad estadística. Constituye, sin lugar a duda, el cambio estructural más importante que enfrentará Costa Rica en todo el siglo XXI.

Para dimensionar lo que esto significa, debemos entender lo que los expertos denominan la “transición demográfica”, un proceso que la humanidad ha experimentado en cuatro etapas históricas. La primera etapa, propia de las sociedades agrícolas tradicionales, se caracterizaba por una alta natalidad y una alta mortalidad; nacían muchas personas, pero lamentablemente muchas morían jóvenes. La segunda etapa llegó con los avances sanitarios, los cuales lograron reducir drásticamente las muertes infantiles, provocando que la población creciera rápidamente. Luego, entramos a la tercera etapa: la caída de la natalidad, impulsada por factores inmensamente positivos como la educación femenina, la urbanización y el desarrollo económico, lo que llevó a las familias a decidir tener menos hijos. Finalmente, llegamos a la cuarta etapa, el momento en el que nos encontramos hoy: el envejecimiento poblacional, caracterizado por muy pocos nacimientos y una altísima esperanza de vida.

Lo verdaderamente asombroso de Costa Rica, y lo que me han reiterado mis invitados en el programa, no es que hayamos llegado a esta cuarta etapa, sino la velocidad vertiginosa a la que lo hicimos. Lo que a las naciones de Europa les tomó más de 120 años asimilar y procesar, los

costarricenses lo vivimos en menos de 50 años. Ese ritmo acelerado es el que explica la magnitud y la urgencia del desafío actual. Nuestras instituciones no tuvieron un siglo para prepararse; el futuro nos alcanzó a la velocidad de la luz.

Recuerdo claramente cómo, durante gran parte del siglo XX, la estructura de nuestra población tenía la forma de una pirámide perfecta: una base ancha sostenida por muchísimos niños, un centro sólido con adultos en edad productiva, y una cúspide muy estrecha representada por unos pocos adultos mayores. Esa geometría social era el motor oculto que permitía sostener el modelo de bienestar costarricense. La matemática era generosa: cada persona jubilada era financiada por numerosos trabajadores activos que cotizaban al sistema.

Pero el reloj de arena se invirtió. La figura de la pirámide ha comenzado a transformarse lentamente en un rectángulo, y si las proyecciones se mantienen, pronto será una figura completamente invertida. Las implicaciones de este cambio de forma son colosales y palpables en la vida cotidiana. Significa que, de manera sostenida, tendremos menos estudiantes en las aulas, menos trabajadores jóvenes ingresando a las empresas y más adultos mayores que requerirán de redes de apoyo, pensiones y cuidados. Escucho a menudo a personas que hablan de esto como si fuera un problema del futuro, una advertencia lejana para las próximas generaciones. Se equivocan profundamente. No es una hipótesis futura; es una realidad que ya está ocurriendo en nuestros barrios, en nuestras familias y en las finanzas del Estado.

Aquí es donde debemos detenernos y hacer una reflexión fundamental, una que he discutido apasionadamente con médicos y sociólogos en mis entrevistas: el envejecimiento poblacional no es una tragedia, es el resultado de nuestro mayor éxito colectivo. Si hoy tenemos menos jóvenes y más ancianos, es porque hicimos las cosas bien. Es el fruto directo de mejores hospitales, de campañas de vacunación universal verdaderamente heroicas, de una mejor nutrición, de la educación masiva y de una lucha tenaz contra la pobreza extrema.

La Costa Rica de mi niñez era un país donde enfermedades infecciosas y condiciones que hoy consideramos tratables arrebataban la vida

prematuramente. Lograr prolongar la vida humana de la forma en que lo hicimos es algo extraordinario y debe llenarnos de un profundo orgullo nacional. Le ganamos años a la muerte, le dimos tiempo a los abuelos para conocer a sus bisnietos, le dimos espacio a la sabiduría para que se asiente en nuestra sociedad.

Sin embargo, la historia nos enseña que todo gran éxito genera nuevas y complejas responsabilidades. El triunfo sanitario ha engendrado presiones inéditas que no podemos ignorar. Vivir más años implica enfrentar más enfermedades crónicas, un aumento lógico en el gasto en salud, un incremento drástico del tiempo que una persona pasa en estado de jubilación y una necesidad creciente de cuidados prolongados.

Pensemos por un momento en la lógica con la que operábamos en el Estado hace apenas unas décadas. Una persona que se jubilaba en la década de 1970 vivía, en promedio, muy pocos años después de su retiro laboral. El sistema de pensiones y el sistema de salud estaban calculados financieramente para esa expectativa de vida corta. Hoy, gracias a Dios y a la ciencia, un costarricense puede vivir 25 o hasta 30 años adicionales después de recibir su pensión. Es un cuarto de siglo de vida, una etapa entera de la existencia humana. El problema, que nos explota hoy en las manos, es que el sistema social y económico de Costa Rica nunca fue diseñado para soportar esa hermosa realidad.

Esta paradoja nos coloca en una encrucijada fascinante y a la vez peligrosa. Tenemos las instituciones del siglo XX intentando resolver la demografía del siglo XXI. Nuestras leyes laborales, nuestros sistemas de aseguramiento, el diseño de nuestras ciudades e incluso nuestra concepción del “retiro” siguen anclados en la idea de que la vida humana se divide en tres etapas rígidas y cortas: estudiar, trabajar y descansar. Pero cuando la etapa de descanso se vuelve tan larga como la etapa laboral, toda la estructura financiera y social cruje.

No estamos solos en este laberinto. Al mirar el panorama internacional, encontramos espejos que nos adelantan lo que veremos en nuestro propio reflejo dentro de muy poco. Hay lecciones vitales que podemos extraer de sociedades que caminaron por esta ruta antes que nosotros, lecciones que

me han sido compartidas por diplomáticos y académicos, y que debemos tropicalizar con urgencia para evitar el colapso de nuestro propio pacto social.

La longevidad, uno de los mayores logros del sistema de salud, también ha abierto una pregunta incómoda. Durante años celebramos vivir más, sin detenernos a pensar cómo se vive ese tiempo adicional. Voces desde el urbanismo gerontológico, como la de la Arquitecta Laura Chaves, Especialista en Urbanismo Gerontológico, han insistido en que el reto ya no es médico, sino profundamente humano: evitar que esos años ganados se conviertan en años de aislamiento.

Esa mirada al exterior nos lleva, inevitablemente, a observar a quienes ya han transitado por el sendero que nosotros apenas comenzamos a caminar. Como bien me lo han señalado expertos en nuestras conversaciones del programa, el país ya ha agotado su bono demográfico; nuestro motor de desarrollo ya no puede depender de la cantidad masiva de jóvenes que ingresan al mercado laboral, sino que nos exige una

reconversión urgente hacia la productividad y el aprovechamiento del talento en todas las etapas de la vida. Esta afirmación encapsula el núcleo de nuestra realidad económica actual, una realidad que otros países enfrentaron décadas atrás.

Japón es, sin duda, el primer país del futuro. Fue la primera nación en experimentar de frente y a una velocidad asombrosa el envejecimiento extremo. A finales del siglo XX, la sociedad japonesa se topó con una revelación que inquietó profundamente a sus líderes: había más adultos mayores que niños. En mis años de función pública, recuerdo leer los informes internacionales que auguraban un colapso inminente para la economía nipona. Las proyecciones eran sombrías. Se documentaba cómo las escuelas rurales comenzaban a cerrar por falta de estudiantes, cómo los pueblos enteros se vaciaban y cómo la fuerza laboral se reducía drásticamente frente a la abrumadora cantidad de pensionados. Muchos analistas occidentales predijeron que Japón no soportaría el peso de su propia longevidad y que su época dorada como potencia industrial había llegado a su fin.

Sin embargo, ocurrió algo diametralmente opuesto. Japón no colapsó; Japón respondió con una capacidad de adaptación que hoy debemos estudiar con absoluta humildad. En lugar de paralizarse ante el miedo, el país transformó su tecnología, rediseñó su mercado laboral, reinventó su sistema de cuidados, modificó su urbanismo y, lo más importante, alteró por completo su cultura del trabajo y del retiro. Apostaron decididamente por la productividad, la automatización inteligente y la promoción de una longevidad activa. Hoy, la sociedad japonesa nos demuestra una lección invaluable y poderosa: el envejecimiento poblacional no destruye las economías, sino que obliga a reinventarlas por completo.

Europa, poco tiempo después, siguió ese mismo camino. Naciones como Italia, Alemania, España y los Países Bajos se enfrentaron a caídas drásticas y sostenidas en sus tasas de natalidad. Muchos expertos coinciden en que la respuesta del viejo continente no fue una receta única, sino un conjunto de reformas estructurales profundas. Implementaron la prolongación gradual de la vida laboral, establecieron políticas agresivas de conciliación entre la familia y el trabajo, adoptaron una migración laboral controlada, invirtieron masivamente en innovación y fortalecieron el Estado social para adaptarlo a la nueva realidad. El concepto central que Europa hizo suyo se volvió claro y contundente: el objetivo de una política pública moderna no es simplemente sumar más años de vida, sino garantizar que esos años adicionales sean saludables, productivos y llenos de propósito. Pero aquí es donde nosotros, los costarricenses, debemos hacer una pausa crítica. Existe una diferencia monumental entre el proceso que vivieron Japón o Europa y el que estamos experimentando en Costa Rica, una

diferencia que me quita el sueño y que es el motivo principal por el cual escribo este libro. Europa envejeció cuando ya era rica. Japón envejeció siendo una potencia industrial consolidada a nivel global. Costa Rica, en cambio, está envejeciendo mientras aún lucha por construir y consolidar su desarrollo económico y social.

Los demógrafos han acuñado una frase para describir este fenómeno, estamos envejeciendo antes de ser ricos.

Esta condición particular genera cuatro tensiones estructurales que amenazan la paz social si no actuamos con inteligencia.

Primero, una presión insostenible sobre la Caja Costarricense de Seguro Social.

Segundo, un riesgo financiero inminente sobre nuestro sistema de pensiones.

Tercero, un menor crecimiento económico potencial debido a la reducción de la fuerza laboral. Cuarto, un aumento ineludible en la dependencia fiscal del Estado.

Nuestro país está obligado a adaptarse mucho más rápido de lo que lo hicieron las naciones que recorrieron este camino antes que nosotros.

Esta adaptación pasa por comprender el impacto invisible que la demografía tiene en nuestra economía diaria. Históricamente, y esto lo viví durante mis años de formación y gestión en empresas públicas, asumíamos que el crecimiento económico iba de la mano con el aumento poblacional. Más habitantes significaban más consumo, más casas construidas, más apertura de negocios. Ese motor ha desaparecido. Hoy, menos nacimientos implican menos trabajadores en el futuro, un menor consumo interno y una potencial reducción del dinamismo empresarial. El nuevo crecimiento de Costa Rica ya no podrá depender de cuántos somos, sino que deberá basarse exclusivamente en qué tan productivos somos, qué tan rápido innovamos, cómo utilizamos la tecnología y cómo cultivamos nuestro capital humano avanzado. El siglo XXI cambió las reglas del juego económico, y seguir aplicando las fórmulas del siglo pasado es una garantía de estancamiento.

A la par de esta transformación económica, presenciamos una metamorfosis en el núcleo mismo de nuestra sociedad. La estructura familiar está mutando rápidamente frente a nuestros ojos. Como advierte sabiamente la arquitecta Laura Chaves, especialista en urbanismo gerontológico, el haber ganado años a la muerte nos exige rediseñar

nuestro entorno; añadir años a la vida sin replantear el tejido social, los espacios de convivencia urbana y las redes de apoyo es una receta para el aislamiento emocional, convirtiendo el reto en un asunto profundamente humano más que puramente médico o financiero.

Ese aislamiento es un riesgo latente porque la familia extensa, que en el antaño fue la red automática e infalible de cuidados en Costa Rica, comienza a debilitarse. Aparecen nuevas realidades que antes eran excepcionales: hogares unipersonales, parejas que deciden libremente no tener hijos, familias nucleares muy pequeñas y, lo más preocupante, una gran cantidad de adultos mayores viviendo en absoluta soledad. El modelo en el que muchos hijos cuidaban de unos pocos padres ha desaparecido. Esto nos obliga, tanto al Estado como a las comunidades organizadas, a asumir funciones que antes resolvíamos puertas adentro, tales como la creación de sistemas de cuidados de largo plazo, el fomento de redes vecinales y la prestación de apoyo psicológico domiciliario. El envejecimiento de Costa Rica, por lo tanto, no es solamente un fenómeno económico; es un fenómeno íntimamente social que toca la fibra más sensible de nuestra identidad.

En este punto, es fundamental abordar uno de los factores centrales que ha propiciado el descenso de la natalidad, un factor que es motivo de celebración: la revolución femenina y la conquista de la autonomía por parte de las mujeres. La expansión de la educación superior y la participación plena de la mujer en el mercado laboral han permitido, con toda justicia, que sean ellas quienes decidan libremente la cantidad de hijos que desean tener, así como el momento idóneo para hacerlo. Ningún país desarrollado en el mundo ha logrado fomentar un aumento en sus tasas de natalidad sin antes garantizar condiciones óptimas de igualdad de género, políticas reales de conciliación entre la vida familiar y profesional, y el acceso universal a servicios de cuidado infantil. El reto del Estado costarricense no consiste en “convencer” a las familias mediante campañas superficiales para que tengan más hijos, sino en construir un entorno económico y social donde tener hijos no signifique un castigo profesional o una condena a la pobreza para las mujeres.

Junto a los cambios familiares y económicos, existe un elemento que rara vez discutimos en los foros de políticas públicas, pero que representa un riesgo político gigantesco: el impacto del envejecimiento en nuestra democracia. Las sociedades envejecidas enfrentan un riesgo del que se habla muy poco. A medida que aumenta la proporción de población adulta mayor, cambian drásticamente las prioridades electorales. Los políticos, siempre atentos a donde están los votos, comienzan a privilegiar el corto plazo, las promesas sobre pensiones inmediatas y el gasto en salud curativa, y como consecuencia directa, disminuye la inversión estratégica en la infancia, en la educación y en las oportunidades para la juventud. Para que nuestra democracia siga siendo saludable, el equilibrio intergeneracional se vuelve un imperativo. Necesitamos garantizar que ninguna generación domine o asfixie a las demás mediante el peso de las urnas.

A lo largo de los años, me he apoyado en la sabiduría de grandes pensadores globales que, con visión profética, anticiparon la magnitud de este cambio. A través de las lecturas y de las discusiones con mis invitados, he interiorizado cómo Peter Drucker advertía, mucho antes de que fuera evidente, que el envejecimiento se convertiría en la mayor transformación económica moderna, obligándonos a depender de la productividad del conocimiento en lugar de la fuerza física. He reflexionado sobre los planteamientos del premio Nobel Amartya Sen, quien nos recuerda constantemente que el desarrollo de un país no debe medirse únicamente por sus ingresos, sino por las capacidades humanas que genera, exigiendo que una sociedad longeva garantice la dignidad y la libertad durante toda la vida.

Asimismo, las advertencias de Joseph Stiglitz resuenan hoy más que nunca cuando señala que mantener la equidad fiscal entre las distintas generaciones será el principal reto para la estabilidad del siglo XXI. Por su parte, la perspectiva histórica de Yuval Noah Harari nos invita a aceptar que las personas tendremos múltiples carreras y vocaciones a lo largo de nuestra extensa vida, haciendo de la educación continua una herramienta de supervivencia indispensable. No menos importante es el rigor que nos exige Esther Duflo, demostrando que las políticas públicas

deben diseñarse basándose en evidencia empírica sólida para proteger verdaderamente a las poblaciones vulnerables, en lugar de guiarnos por intuiciones políticas. Y finalmente, el análisis detallado de Masahiko Aoki sobre cómo Japón logró adaptar sus rígidas instituciones al cambio demográfico mediante una profunda coordinación social, nos ofrece un manual de ruta. Todos estos pensadores, desde sus distintas disciplinas, convergen en una idea medular e ineludible:

Muchas sociedades, incluida en cierta medida la nuestra, reaccionan al envejecimiento con temor. Tienen miedo al incremento inmanejable del gasto público, miedo a un supuesto declive económico irreversible y miedo a la pérdida del dinamismo y la creatividad nacional. Sin embargo,

si algo he aprendido en todos mis años de vida, es que el verdadero riesgo para Costa Rica no es envejecer. El verdadero y gran riesgo es la parálisis, es la negación, es no prepararnos a tiempo. La historia universal es implacable al demostrar que los países que anticipan sus cambios estructurales prosperan, mientras que aquellos que los ignoran y postergan las decisiones difíciles terminan enfrentando crisis dolorosas.

El envejecimiento poblacional redefine por completo el contrato social de una nación.

Como lo señala la socióloga Carmen Murillo; nuestra mentalidad colectiva y nuestras estructuras institucionales siguen operando bajo el espejismo de aquel país joven que dejamos de ser hace décadas. Ese desfase institucional y mental genera miedo.

A pesar de la magnitud del reto, soy un optimista empedernido. Creo firmemente en la oportunidad histórica que tiene Costa Rica. A diferencia de otras naciones que envejecen presas de la polarización extrema o la

falta de cohesión, nosotros poseemos ventajas únicas y extraordinarias tejidas en nuestro ADN. Contamos con una tradición de solidaridad innegable, poseemos instituciones sociales históricamente robustas a pesar de sus imperfecciones, mantenemos un nivel educativo relativo bastante alto en la región y gozamos de una estabilidad democrática que

es la envidia de muchos.

Estas condiciones particulares nos otorgan una posibilidad excepcional: Costa Rica puede y debe convertirse en el primer modelo verdaderamente exitoso de una sociedad longeva en América Latina. Tenemos la capacidad de transformar nuestra identidad nacional, transitando de un estado de alarma hacia una visión fundamentada en el bienestar integral, la salud preventiva, el aprendizaje permanente y una productividad cimentada en el inagotable talento de nuestra gente.

Durante décadas, el concepto de progreso en nuestro país se midió de forma lineal: por el crecimiento de la población y por la expansión material de la economía. El siglo XXI nos exige, con urgencia, otra definición. El progreso en la Costa Rica del futuro no consistirá únicamente en aumentar el Producto Interno Bruto. El verdadero progreso será vivir más, pero viviendo mejor. Tendremos que incluir en nuestras mediciones de éxito nacional la longevidad saludable, la profundidad de nuestra cohesión social, el bienestar emocional de nuestros ciudadanos, la sostenibilidad de nuestra productividad y, por encima de todo, la solidaridad inquebrantable entre generaciones.

Hemos cruzado el umbral de una nueva etapa histórica. Costa Rica ya no será nunca más el país excepcionalmente joven de mi infancia y juventud. Nos estamos convirtiendo en una sociedad madura. Y las sociedades maduras tienen ante sí una oportunidad que la juventud a menudo ignora: la capacidad de actuar con mayor sabiduría colectiva, con templanza y visión de largo plazo. Si logramos despojarnos de los prejuicios, el envejecimiento demográfico puede convertirse en el motor más potente para impulsar la innovación social, transformar nuestras instituciones de raíz, rediseñar un Estado más eficiente y provocar una renovación cultural sin precedentes.

La revolución demográfica ya comenzó y no va a esperar por nuestras decisiones políticas. No depende de las ideologías de turno ni puede detenerse por decreto. Pero lo que sí podemos hacer, y debemos hacer de inmediato, es orientarla. Entender este fenómeno demográfico no se trata

únicamente de estudiar el pasado, se trata de una elección fundamental para nuestro futuro. La pregunta que definirá el siglo XXI para nosotros es clara: ¿veremos el hecho de envejecer como una carga pesada e inevitable que nos asfixia, o lo abrazaremos como la oportunidad más grandiosa para construir una sociedad mucho más humana, más justa y más sabia?. La respuesta que demos hoy determinará la Costa Rica del 2050, el país que heredarán nuestros nietos. Yo confío plenamente en que tomaremos la decisión correcta.



Capítulo 2

El Precio de la Victoria

**De Curar la Enfermedad
a Cultivar la Vida.**



*El doctor Roberto Marín advierte
que el éxito médico sigue anclado
en el siglo pasado:
celebramos salvar crisis agudas,
pero ignoramos el fracaso de
devolver pacientes a entornos que
aceleran su recaída.*

A mi edad, cuando recorro los pasillos de algún hospital nacional o veo a la distancia la silueta imponente de los edificios de la Caja Costarricense de Seguro Social, no puedo evitar sentir un nudo en la garganta. Para las generaciones más jóvenes, estos inmensos complejos de concreto pueden parecer simplemente parte del mobiliario urbano, instituciones burocráticas a las que acuden cuando el cuerpo falla. Pero para quienes nacimos en la primera mitad del siglo XX, la seguridad social representa algo infinitamente más profundo. Representa el mayor triunfo colectivo, el milagro social más palpable que Costa Rica logró forjar.

En la Costa Rica de mi niñez, la enfermedad tenía un rostro muy distinto al de hoy. Era un rostro rápido, letal y cotidiano. Recuerdo historias de familias enteras devastadas en cuestión de semanas por epidemias que hoy nos parecen de otra época. La salud pública, en aquel entonces, no era un derecho consolidado, sino un privilegio de pocos o una obra de caridad. Fue mediante una visión de Estado formidable, producto de pactos sociales históricos, que logramos algo que muchos países del mal llamado primer mundo aún hoy persiguen sin éxito: convertir la salud pública en un derecho real y tangible para cada ciudadano.

Durante décadas, la combinación estratégica entre la medicina preventiva de la época, la atención primaria en comunidades rurales y urbanas, y la sombrilla protectora de la seguridad social, nos permitió alcanzar niveles sanitarios comparables con las naciones más desarrolladas del planeta. La creación y posterior consolidación de la Caja Costarricense de Seguro Social no fue únicamente una medida administrativa que salvó vidas; fue el pilar que cambió por completo el destino nacional. Gracias a ese modelo audaz e inclusivo, Costa Rica logró hazañas estadísticas impresionantes: disminuyó drásticamente la mortalidad infantil, se erradicaron enfermedades infecciosas que diezaban a nuestra población, aumentó vertiginosamente la esperanza de vida al nacer y se redujo la cruel desigualdad sanitaria que condenaba a los más pobres a morir sin atención.

Sin embargo, he llegado a comprender una ironía dolorosa pero innegable. Hoy, el país enfrenta una paradoja histórica fascinante: el éxito rotundo y espectacular de nuestro sistema de salud es, precisamente, lo que hoy nos obliga a transformarlo desde sus cimientos. Y la razón es simple, aunque a menudo nos neguemos a verla: todo este monumental sistema fue diseñado, calculado y construido para atender a una sociedad joven. Y Costa Rica, como ya hemos establecido, dejó de serlo.

Para entender la magnitud de este desfase, debemos analizar el concepto que analizó la doctora Silvia Castro, especialista en salud pública, el “cambio epidemiológico”. Durante gran parte del siglo XX, la principal amenaza para los costarricenses eran las enfermedades infecciosas y agudas. Nuestro enemigo era la tuberculosis, las infecciones respiratorias severas, las enfermedades gastrointestinales agudas y la trágica mortalidad materna. Estas amenazas compartían una característica fundamental: atacaban rápido. Una persona se enfermaba, acudía al hospital, recibía tratamiento y, en cuestión de días o semanas, se curaba o lamentablemente fallecía. El modelo hospitalario tradicional fue diseñado exactamente para responder a este tipo de emergencias agudas. Eran centros de choque, fábricas de curación rápida.

Pero el siglo XXI nos trajo una realidad completamente distinta, una que avanza no en días, sino en décadas. Hoy, el panorama sanitario está dominado de manera aplastante por las enfermedades crónicas. Si revisamos los expedientes de consulta actual, descubriremos que las principales causas de atención médica y saturación están relacionadas con la hipertensión, la diabetes, los distintos tipos de cáncer, las enfermedades cardiovasculares, la demencia y la fragilidad general asociada a la edad avanzada.

Aquí radica el punto ciego de nuestro sistema actual: estas enfermedades crónicas no se curan en unos pocos días de internamiento. Estas condiciones acompañan al paciente durante décadas enteras.

El doctor Roberto Marín advertía que intentar abordar la diabetes o la demencia con la misma lógica con la que se trató la tuberculosis constituye un error monumental. Esto cambia completamente la lógica de nuestro sistema de salud.

Un hospital general, concebido para intervenciones breves y de alta intensidad, se convierte en un entorno hostil, ineficiente y exageradamente costoso cuando se utiliza para alojar o tratar a pacientes crónicos cuyas

necesidades reales tienen más que ver con el cuidado continuo, el apoyo nutricional, la terapia física y el acompañamiento humano a largo plazo. Este desfase médico nos lleva al epicentro del desafío, un terreno donde las batas blancas ceden su lugar a las hojas de cálculo. Se trata del problema estructural invisible que amenaza con asfixiar las finanzas del Estado. Como bien argumenta el actuario Elías Brenes, el desafío no es únicamente médico; es, de manera implacable, un desafío matemático.

Pensemos en las implicaciones de esta cifra. Cuando la proporción de adultos mayores en un país aumenta rápidamente, como está sucediendo en Costa Rica, la presión sobre el sistema experimenta un efecto multiplicador. Crecen de forma exponencial las consultas externas, aumentan las hospitalizaciones prolongadas, se incrementan las cirugías ortopédicas y de otra índole, sube estrepitosamente el gasto farmacéutico y se expande, de manera casi inmanejable, la necesidad de cuidados prolongados.

*La estadística es
contundente: una
persona mayor,
debido a las
condiciones crónicas
propias de su edad,
utiliza los servicios
de salud entre tres y
cinco veces más que
un adulto joven.*

Durante mis años revisando presupuestos públicos, aprendí que los números no mienten, ni sienten lástima. Si mantenemos un sistema que atiende la cronicidad con las herramientas costosas de la agudeza, las matemáticas simplemente no cierran. Sin una transformación institucional profunda y valiente, cualquier sistema sanitario, por más noble que sea su origen o por más recursos que se le inyecten, entrará en una presión financiera insostenible. Estamos intentando vaciar el océano con un balde.

La tentación populista siempre será prometer más hospitales, más camas, más edificios de concreto. Pero construir más de lo mismo es la respuesta del siglo XX a un problema del siglo XXI. El verdadero reto, el que exige grandeza política y madurez ciudadana, es cambiar el paradigma. Y aquí es donde, nuevamente, debemos asomarnos por la ventana del mundo para aprender de aquellos que ya chocaron con esta misma pared matemática. Japón y Europa aprendieron esta dura lección mucho antes que nosotros, y sus cicatrices institucionales deben servirnos de mapa.

En nuestras conversaciones sobre política comparada, siempre surge el ejemplo asiático. Japón, enfrentando el envejecimiento más vertiginoso de la historia documentada, comprendió rápidamente que su modelo sanitario colapsaría si todos sus adultos mayores terminaban ocupando camas de hospital. Su respuesta no fue construir hospitales infinitos; su respuesta fue revolucionaria: Japón dejó de pensar obsesivamente en hospitales y comenzó a pensar estructuralmente en longevidad.

Esta nueva forma de pensar se materializó en la creación del modelo del Seguro de Cuidados de Largo Plazo (Long-Term Care Insurance). Este

modelo se basa en principios muy claros que rompen con la ortodoxia médica occidental.

El primer principio es prevenir antes que curar, invirtiendo masivamente en mantener a la población activa.

El segundo principio es mantener la autonomía funcional del individuo por el mayor tiempo posible.

El tercer principio y quizás el más radical para nuestra mentalidad, es evitar a toda costa las hospitalizaciones innecesarias.

El cuarto principio es cuidar al adulto mayor dentro de su comunidad, en su entorno familiar y vecinal.

El resultado de esta política pública fue evidente: Japón logró menor presión sobre sus hospitales de alta complejidad y, lo que es aún más valioso, alcanzó una mejor calidad de vida para sus ciudadanos mayores. La lección japonesa es de una profundidad abrumadora: el objetivo primordial del sistema de salud no debe ser únicamente prolongar la vida a cualquier costo, sino preservar la independencia y la dignidad del individuo.

Por su parte, el continente europeo abordó la crisis desde una perspectiva complementaria. Muchos de los países de Europa comprendieron, a través de dolorosas crisis fiscales, que la cama de un hospital general es el lugar más caro, y a menudo el más inadecuado, para cuidar a un adulto mayor con condiciones crónicas. Por ello, impulsaron transformaciones gigantescas. Movieron el centro de gravedad del sistema: pasaron del hospital al hogar.

Implementaron la atención domiciliaria robusta, donde equipos médicos multidisciplinarios visitan los hogares regularmente, evitando que el paciente tenga que trasladarse. Apostaron decididamente por la telemedicina, permitiendo el monitoreo remoto de signos vitales mediante tecnología que hoy llevamos en la muñeca. Y, finalmente,

desarrollaron centros comunitarios de envejecimiento activo, enfocados no en dar medicinas, sino en la prevención física, el estímulo cognitivo y la integración social. En esencia, Europa logró que su sistema dejara de ser puramente reactivo y se volviera eminentemente preventivo.

Al observar estos ejemplos y escuchar a los costarricenses que han estudiado nuestra realidad con tanto rigor, me queda claro que nos encontramos en la antesala de un momento fundacional. La Caja Costarricense de Seguro Social, aquella institución que vi crecer y fortalecerse durante mi vida, vivió su primera gran revolución a mediados del siglo pasado cuando universalizó el acceso a la salud para todos los ciudadanos. Hoy, frente al reloj demográfico que avanza sin piedad, la CCSS necesita con desesperación una segunda revolución.

No se trata de dismantelar lo construido. ¡Cuidado con los cantos de sirena que proponen destruir la solidaridad bajo la excusa de la crisis! Se trata de una evolución inteligente. Nuestra seguridad social debe convertirse en un verdadero sistema de longevidad activa.

Este cambio de paradigma no es un simple ajuste de tuercas administrativas; implica alteraciones estructurales en la forma en que concebimos la medicina, el financiamiento y el papel del paciente. Debemos transitar desde un modelo que

nos espera pasivamente en la sala de emergencias cuando ya estamos enfermos, hacia un modelo que camina a nuestro lado desde nuestra juventud, anticipando riesgos y construyendo, paso a paso, las condiciones biológicas, psicológicas y sociales para que llegar a los 80 o 90 años no sea sinónimo de dependencia o quiebra financiera. Y para lograr esta proeza, el país debe emprender transformaciones profundas en cinco frentes específicos, cambios que requerirán de toda nuestra audacia nacional.

El primero de esos frentes ineludibles nos exige desviar la mirada del final del camino para concentrarnos en sus inicios, instaurando una verdadera y agresiva medicina preventiva a escala nacional. La distribución de los recursos públicos, siempre me generó una profunda frustración al observar cómo los presupuestos de la República destinaban sumas colosales a tratar enfermedades terminales o crónicas en sus estadios

más avanzados, mientras que la prevención recibía los remanentes financieros. El futuro sanitario de Costa Rica no estará dentro de las paredes de un hospital; estará en los años y décadas antes de que aparezca la enfermedad. Nuestro país debe avanzar con urgencia hacia un modelo que exija chequeos preventivos obligatorios segmentados por edad, garantizando la detección temprana de enfermedades crónicas antes de que estas causen daños irreversibles. Leí recientemente que el doctor Luis Diego Castro, epidemiólogo de vasta trayectoria, comentaba sobre el monitoreo digital continuo y los programas masivos de ejercicio y nutrición. Estos ya no pueden ser vistos como actividades recreativas u opciones de estilo de vida; deben ser categorizados como intervenciones médicas de primer orden.

Debemos grabar en piedra una máxima financiera inquebrantable:

El segundo frente requiere que miremos una de nuestras invenciones más exitosas y la elevemos a un nuevo nivel: la atención primaria fortalecida. La creación de los Equipos Básicos de Atención Integral en Salud, conocidos por todos nosotros como EBAIS, fue en su momento una innovación extraordinaria que acercó el médico a la comunidad.

Cada enfermedad evitada hoy representa la sostenibilidad financiera de nuestro sistema para el día de mañana.

Sin embargo, ese modelo fue estructurado para un perfil demográfico diferente. Ahora, frente a la longevidad de nuestra población, el EBAIS debe evolucionar hacia la conformación de equipos verdaderamente interdisciplinarios. No basta con el médico general; necesitamos integrar geriatras comunitarios, incorporar psicólogos de forma permanente en la atención base y ofrecer servicios de fisioterapia preventiva en los propios barrios. El médico del futuro, el profesional que sostendrá a nuestra nación envejecida, no será únicamente un curador de síntomas agudos;

será un acompañante estratégico del envejecimiento del paciente a lo largo de su vida.

El tercer frente es, quizás, el que más desafía los paradigmas de mi generación, pero el que más esperanza me genera: la adopción masiva de la salud digital y la inteligencia artificial. Al observar cómo naciones como Japón, Estonia y diversos países nórdicos están utilizando la tecnología avanzada no para deshumanizar la medicina, sino para anticipar riesgos médicos con precisión milimétrica, comprendo que estamos perdiendo un tiempo valiosísimo. Costa Rica tiene la capacidad tecnológica y el talento para implementar sistemas de triage digital operados con inteligencia artificial, garantizando el seguimiento remoto y en tiempo real de pacientes crónicos desde la comodidad de sus hogares. Imagino un sistema donde los historiales médicos sean verdaderamente predictivos y donde contemos con cabinas automáticas de chequeo básico en las comunidades.

Como acertadamente argumenta el historiador Yuval Noah Harari, la medicina del futuro cercano tendrá la capacidad no solo de curar, sino de extender significativamente la vida activa humana. La tecnología bien aplicada nos permitirá atender a muchas más personas sin que esto signifique aumentar proporcionalmente el costo operativo del Estado, una eficiencia que necesitamos desesperadamente.

El cuarto frente aborda una carencia estructural que desgarrará a miles de familias costarricenses en el silencio de sus hogares: la creación de un sistema nacional de cuidados. El envejecimiento de la población crea una necesidad social completamente nueva: los cuidados de largo plazo para personas con pérdida de autonomía. Actualmente, debido a

la ausencia de políticas de Estado articuladas en esta materia, muchas familias asumen solas y con profundo desgaste emocional y financiero esta monumental responsabilidad. La socióloga María José Montero presentó datos desgarradores sobre cómo la carga del cuidado no remunerado expulsa a las mujeres del mercado laboral y las condena a la pobreza en su propia vejez. El país necesitará certificar formalmente a miles de cuidadores, brindar un verdadero apoyo domiciliario estatal, multiplicar los centros diurnos comunitarios y estructurar seguros de

dependencia. Debemos entender que formalizar este sector no es solo un acto de justicia social; se convertirá además en una nueva y pujante fuente de empleo formal para nuestra economía. Las políticas públicas en este ámbito, siguiendo la exigencia intelectual de la economista Esther Duflo, no pueden basarse en buenas intenciones, sino que deben diseñarse, evaluarse y ajustarse con base en evidencia real y empírica sobre su impacto en las poblaciones vulnerables.

Finalmente, el quinto frente es el que dota de sentido a todos los demás: la promoción vigorosa del envejecimiento activo. La mejor y más barata política sanitaria que Costa Rica puede implementar es evitar la dependencia. Para ello, el Estado, en alianza con las municipalidades y el sector privado, debe financiar y promover programas nacionales que impulsen la actividad física sistemática después de los 60 años, fomenten la participación social activa, faciliten el voluntariado senior y garanticen el acceso a la educación continua. Es un hecho comprobado que las personas que se mantienen activas física e intelectualmente envejecen con un costo sanitario infinitamente menor para la sociedad. En este punto, el pensamiento del premio Nobel Amartya Sen adquiere una resonancia vital:

La salud no es simplemente un estado biológico, es una capacidad fundamental indispensable para que el individuo pueda vivir con genuina libertad y autonomía.

Pero si nos detenemos aquí, si pensamos que el envejecimiento es únicamente un asunto de rodillas desgastadas, presión arterial alta y costos hospitalarios, estaremos ignorando el abismo más peligroso de todos. Existe una frontera sanitaria históricamente olvidada, una que me preocupa profundamente a nivel personal y social: la salud mental.

A lo largo de mi vida, he presenciado cómo el mayor riesgo sanitario del envejecimiento no radica en el deterioro del cuerpo físico, sino en la fragilidad emocional. Las sociedades longevas, incluso aquellas más ricas materialmente, se enfrentan a demonios invisibles pero devastadores: la epidemia de la soledad, el aumento silencioso de la depresión geriátrica, la trágica pérdida de un propósito vital tras la jubilación y el aislamiento social severo. Cuando miramos nuevamente hacia Japón, vemos que han tenido que acuñar términos para describir e identificar las muertes directamente relacionadas con una soledad extrema, personas que fallecen en sus apartamentos sin que nadie note su ausencia durante semanas.

Para evitar ese desgarramiento en nuestro propio tejido social, Europa ha respondido creando intervenciones deliberadas: ha diseñado comunidades intergeneracionales donde jóvenes universitarios conviven con adultos mayores, ha financiado programas formales de socialización y ha transformado sus espacios públicos en zonas activas de encuentro ciudadano. En Costa Rica, un país famoso internacionalmente por su calidez humana, paradójicamente estamos permitiendo que nuestros mayores se aislen detrás de los muros de sus casas. Nuestro sistema de salud del siglo XXI deberá incorporar la salud mental preventiva y el acompañamiento psicológico no como un anexo opcional, sino como el eje central y transversal de su política pública.

Esta redefinición de la salud nos obliga irremediablemente a redefinir el rol que el adulto mayor juega en la sociedad. Durante demasiadas décadas, heredamos y aceptamos la idea de que envejecer significaba, casi por decreto, retirarse del mundo. Era un pase a la inactividad, a sentarse en una mecedora a ver la vida pasar. Hoy, ante la prolongación de la vida, esa idea no solo es obsoleta, sino profundamente destructiva. El adulto mayor del siglo XXI es un individuo que aprende nuevas habilidades, emprende negocios, trabaja en nuevas modalidades, cuida de los suyos y participa activamente en el debate cívico. Nuestro sistema sanitario, así como nuestras normativas laborales, deben estar calibradas para facilitar y proteger esta autonomía, nunca para fomentar la dependencia.

Además, debemos erradicar de nuestra mentalidad nacional el prejuicio de que el envejecimiento solo genera gasto público. Este cambio demográfico

trae consigo el nacimiento de un nuevo y vibrante sector macroeconómico: la economía plateada o de la longevidad. Las necesidades de una población mayor abren mercados inmensos que incluyen el turismo senior especializado, el rediseño y adaptación de viviendas, la manufactura de nueva tecnología médica, la profesionalización de los servicios de cuidado, y una vasta industria de bienestar y recreación adaptada. Japón no se quedó lamentando su demografía; tomó esta realidad ineludible y la convirtió astutamente en un motor económico exportable al resto del mundo. Costa Rica, con su probada capacidad de innovación y su marca país asociada al bienestar y la naturaleza, tiene todas las condiciones para hacer exactamente lo mismo.

Como visionariamente anticipó Peter Drucker, el éxito económico de las naciones modernas dependerá en gran medida de su capacidad para mantener a sus trabajadores del conocimiento saludables y productivos durante mucho más tiempo.

Naturalmente, al plantear estos frentes de acción, la pregunta que surge de inmediato en cualquier debate político serio es: ¿cómo vamos a financiar todo esto? El desafío financiero es innegable y colosal. El gasto total en salud

nacional inevitablemente aumentará. Pero en mi experiencia, sé que existen dos caminos financieros claramente diferenciados.

El primer camino es la inercia actual: permitir que haya más enfermedad crónica avanzada, lo que requerirá construir más hospitales de alta complejidad, desembocando matemáticamente en una crisis financiera irresoluble para el Estado.

El segundo camino, el que propongo, requiere inversión inicial pero garantiza supervivencia a largo plazo: apostar todo el capital político y económico a más prevención, lo que generará más autonomía ciudadana y, por ende, la sostenibilidad financiera del sistema. La decisión, más que médica, es una decisión estratégica nacional. Joseph Stiglitz lo expone con suma claridad en sus análisis sobre equidad: invertir masivamente en salud preventiva desde hoy es la única forma de reducir la desigualdad social y evitar un colapso en el gasto público del mañana.

Tengo la firme convicción de que, si Costa Rica logra transformar a tiempo su sistema sanitario para orientarlo hacia la longevidad activa, el impacto trascenderá nuestras fronteras. Podríamos consolidarnos como el laboratorio latinoamericano por excelencia de la nueva demografía. Nos convertiríamos en un modelo regional a replicar, en exportadores netos de conocimiento médico gerontológico y en un centro mundial de innovación en envejecimiento saludable y turismo de bienestar. La transición demográfica, que hoy muchos ven con profundo temor fiscal, puede transformarse en nuestra principal ventaja competitiva nacional para las próximas cinco décadas. Para que este viraje ocurra, como bien documenta Masahiko Aoki en sus estudios comparativos, las instituciones del Estado deben adaptarse culturalmente al envejecimiento; no basta con cambiar las leyes, hay que cambiar la cultura burocrática desde adentro. Sin embargo, más allá de las proyecciones económicas y los ajustes institucionales, el envejecimiento de la nación nos sitúa frente a una interrogante de carácter profundamente moral. Nos plantea la ética del cuidado. En la quietud de mis reflexiones a esta edad, me pregunto a menudo: ¿cómo trataremos a quienes, con sus impuestos, su trabajo y su sacrificio, construyeron los cimientos del país del que hoy disfrutamos? El nivel de desarrollo y la decencia de una sociedad se miden, de manera inequívoca, por la dignidad, la empatía y el respeto con la que acompaña a sus mayores en el tramo final de su existencia. Cuando lo vemos bajo esta luz, la política de salud deja de ser únicamente un debate sobre la provisión de un servicio médico o el costo de una pastilla. Se convierte en la materialización de un compromiso ético y colectivo entre generaciones.

Estamos, por tanto, frente a la imperiosa necesidad de forjar un nuevo concepto de salud en la mente de los costarricenses. La salud pública del siglo XXI ya no podrá definirse simplemente como la ausencia de enfermedad en un expediente médico. Esa es una definición pasiva y empobrecida. La salud debe redefinirse como el sostenimiento de la autonomía personal, la garantía del bienestar emocional diario, la preservación del derecho a la participación social activa y la conservación de un propósito vital claro para cada ciudadano sin importar su fecha de nacimiento. Una sociedad longeva verdaderamente saludable no es aquella donde los monitores médicos marcan latidos por más años, sino

aquella donde vivir más años significa, invariablemente, vivir mucho mejor.

Costa Rica no se encuentra al borde de una crisis sanitaria inmanejable, como a veces sugieren las voces más pesimistas. Lo que estamos atravesando es una transición histórica fascinante y exigente. Aquella Caja Costarricense de Seguro Social que nuestros abuelos fundaron en la década de los cuarenta, nació con el mandato sagrado de proteger la vida frente a la adversidad. Hoy, honrando ese mismo espíritu fundacional, debe evolucionar con agilidad y valentía para proteger la longevidad de su pueblo. Si nuestro país logra orquestar esta inmensa transformación y gira el timón de su sistema de salud hacia la prevención rigurosa, hacia el cuidado en el seno de la comunidad y hacia el uso inteligente de la tecnología, el envejecimiento dejará de acecharnos como una amenaza financiera. Se erigirá, en cambio, como el mayor y más bello logro colectivo de toda nuestra historia social republicana. Porque, al final de la jornada, el verdadero progreso humano no consiste en la mera acumulación de días en el calendario. Consiste en llegar a la vejez con la cabeza alta, conservando la dignidad intacta, la autonomía asegurada y la esperanza inquebrantable en el futuro del país que ayudamos a construir.



Capítulo 3

El Contrato Invisible

**Pensiones y la Redefinición
del Pacto Intergeneracional.**



El ex Superintendente de Pensiones Edgar Robles sostiene que la matemática no negocia con ideologías: mantener un sistema de pensiones de los años cuarenta hoy equivale a confiscar la prosperidad de las nuevas generaciones.

He visto construir carreteras, levantar represas hidroeléctricas y edificar escuelas en lugares donde antes solo había montañas. Sin embargo, la obra de infraestructura más colosal y trascendental que ha construido Costa Rica no está hecha de cemento ni de varillas de acero. Es una arquitectura invisible. Me refiero a nuestro sistema de pensiones y jubilaciones, particularmente al régimen de Invalidez, Vejez y Muerte (IVM). Durante mis años en la función pública, siempre consideré este sistema como la bóveda sagrada de la paz social costarricense. Era la garantía última de que, tras una vida de esfuerzo y tributación, el Estado y la sociedad no le darían la espalda a quien ya no tenía las fuerzas para sostenerse por sí mismo.

Pero todo sistema de pensiones, especialmente los sistemas tradicionales de reparto como el nuestro, descansa sobre un acuerdo implícito que rara vez discutimos en voz alta. Este contrato no está escrito explícitamente en la Constitución Política, ni aparece detallado en los encendidos discursos electorales que escuchamos cada cuatro años. Sin embargo, es el hilo invisible que sostiene toda la estabilidad social de la República.

Ese acuerdo fundacional dicta una premisa hermosa por su sencillez y su carga ética: la generación que hoy se encuentra activa y produciendo, sostiene económicamente a la generación que ya se ha retirado, haciéndolo con la confianza absoluta e inquebrantable de que, en el futuro, la siguiente generación hará exactamente lo mismo por ellos. Es un acto de fe extraordinario. Es la entrega de una estafeta en una carrera de relevos que no tiene fin.

Durante décadas, este modelo funcionó en Costa Rica con la precisión de un reloj suizo, y funcionó, debemos admitirlo hoy con humildad, no necesariamente porque fuéramos genios de la administración pública, sino porque la estructura demográfica de la época nos perdonaba cualquier ineficiencia. La ecuación

era inmensamente favorable: el país contaba con una inmensa base de trabajadores activos y vigorosos, y una proporción comparativamente muy pequeña de pensionados. Había suficientes hombros jóvenes para cargar sin esfuerzo el peso del descanso de nuestros mayores.

Pero la revolución demográfica, ese reloj de arena invertido del que hablamos en los capítulos anteriores, ha alterado la gravedad misma de esa ecuación. Hoy, como sociedad madura, el país se enfrenta a una pregunta histórica que me desvela y que debería desvelar a todo aquel que aspire a liderar los destinos de nuestra nación: ¿Cómo vamos a sostener la legitimidad y la viabilidad de este contrato intergeneracional cuando, mes a mes, contamos con menos cotizantes ingresando al sistema y una cantidad cada vez mayor de jubilados tocando a la puerta?.

La respuesta a esta interrogante nos obliga a abandonar la retórica política y enfrentarnos a la fría, terca e inevitable realidad de la matemática. Un sistema de reparto puro requiere, como condición indispensable para su supervivencia, mantener una proporción equilibrada y holgada entre los que aportan y los que reciben. Cuando esa proporción se deteriora, los síntomas no tardan en aparecer: el déficit financiero aumenta rápidamente, la presión fiscal sobre las finanzas del Estado crece hasta asfixiar otras inversiones vitales, y la sostenibilidad de todo el aparato estatal se vuelve extremadamente frágil.

El envejecimiento poblacional altera simultáneamente tres variables críticas que componen la tormenta perfecta para cualquier fondo de

pensiones. En primer lugar, la drástica reducción de los nacimientos significa que habrá muchos menos futuros cotizantes para sostener la base de la pirámide. En segundo lugar, nuestra celebrada longevidad médica implica que las personas pasarán muchísimos más años recibiendo su pensión de los que los actuarios originales calcularon en el siglo pasado. Y en tercer lugar, la persistencia de jubilaciones tempranas o anticipadas provoca una reducción dramática del período contributivo, creando un escenario donde una persona podría llegar a pasar más años cobrando una pensión que los años que pasó cotizando para ella. Repito lo que he aprendido conversando con los expertos: esta matemática no es ideológica, es puramente demográfica.

Al enfrentarnos a este precipicio aritmético, es natural que surja el pánico. Y el pánico es el peor consejero para la política pública. Por eso, debemos volver la mirada hacia aquellas latitudes que cruzaron este desierto antes que nosotros. Japón, como en casi todos los aspectos de la longevidad, enfrentó esta cruda realidad mucho antes que el resto del planeta. Su sistema de pensiones amenazaba con devorar la totalidad de su presupuesto nacional. Pero en lugar de reaccionar con reformas abruptas o medidas de austeridad que fracturaran la paz social, Japón optó por una estrategia de ajustes graduales y sostenidos en el tiempo. La sociedad japonesa, haciendo gala de su proverbial disciplina colectiva, elevó progresivamente la edad de retiro sin causar estallidos sociales. Promovieron de manera agresiva el empleo senior, creando incentivos para que las personas mayores continuaran aportando a la economía en roles adaptados a sus capacidades. Diversificaron hábilmente las fuentes de financiamiento de su seguridad social y fomentaron una profunda cultura del ahorro complementario desde edades tempranas. La clave del éxito japonés radicó en evitar los recortes abruptos de la noche a la mañana y privilegiar una transición ordenada, brindando previsibilidad a sus ciudadanos. Comprendieron algo que nosotros aún nos resistimos a aceptar: el envejecimiento poblacional no es un “shock” temporal que pasará en un par de años; es una tendencia permanente que ha reescrito para siempre las reglas de la convivencia humana.

El viejo continente, por su parte, nos ofrece lecciones igualmente valiosas, aunque forjadas en el fuego de crisis financieras más agudas. Países como Alemania, los Países Bajos, Suecia y España se vieron acorralados por la demografía y tuvieron que implementar reformas estructurales que, en su momento, fueron impopulares pero resultaron ser absolutamente inevitables. Observamos en estos países un aumento gradual de la edad de retiro, pasando la barrera psicológica de los 60 o 65 años para ubicarla en los 67 años o más, dependiendo de la esperanza de vida. Varios de estos países transitaron desde modelos de reparto puro hacia sistemas mixtos, donde se combina la solidaridad básica con la capitalización colectiva e individual.

Quizás la innovación europea más inteligente fue la introducción de “ajustes automáticos” en sus legislaciones. Esto significa que crearon mecanismos técnicos que vinculan matemáticamente la edad de retiro o el monto de los beneficios con la evolución real de la esperanza de vida de la población, sacando este delicado tema del pernicioso ciclo de las promesas electorales y politiqueras. Además, introdujeron generosas bonificaciones e incentivos económicos para aquellos trabajadores que, sintiéndose en plenitud de condiciones, deciden voluntariamente continuar activos después de alcanzar su edad mínima de jubilación. La lección que nos grita Europa desde el otro lado del Atlántico es clara y dolorosa: evitar hacer las reformas necesarias hoy, por miedo al costo político, es la garantía absoluta de provocar una crisis catastrófica mañana.

Costa Rica se encuentra, precisamente en este momento de nuestra historia, en ese instante decisivo. Estamos parados frente a la misma encrucijada que cruzaron alemanes, suecos y japoneses. El régimen de IVM, con todo lo sagrado que representa para nosotros, fue diseñado en un contexto demográfico que simplemente ya no existe. Hoy, la pregunta que debe dominar nuestro debate nacional no es si debemos reformarlo. Esa pregunta ya fue respondida por la tasa de natalidad y la esperanza de vida. La única pregunta válida y moralmente responsable hoy es cómo vamos a hacerlo preservando la legitimidad social y protegiendo a los más vulnerables.

Debemos elevar el nivel del debate. La reforma previsional no puede ni debe verse únicamente como un frío ajuste fiscal de sumas y restas en el Ministerio de Hacienda. Debe entenderse, en toda su profundidad, como el rediseño necesario y urgente del pacto intergeneracional costarricense.

Reconozco, con el pragmatismo que me han dado los años en la vida pública, que reformar las pensiones es el acto políticamente más impopular que existe. A nadie le agrada recibir la noticia de que tendrá que trabajar más años de los que había planeado, que sus cotizaciones mensuales deberán ser más altas o que las reglas para calcular su pensión serán más estrictas. El dilema político es inmenso: los gobernantes saben lo que tienen que hacer para salvar el sistema, pero temen perder las próximas elecciones si lo hacen.

Sin embargo, me atrevo a decir con absoluta firmeza que el mayor riesgo que enfrenta Costa Rica no es reformar el sistema y enfrentar el enojo ciudadano a corto plazo. El mayor y más imperdonable riesgo es que, por cobardía política, permitamos que el sistema colapse gradualmente, dejando en la miseria a quienes ya no tienen la fuerza para volver a trabajar. La búsqueda de la sostenibilidad financiera de las pensiones no pertenece a ninguna ideología de izquierda o de derecha. Es, simple y llanamente, una responsabilidad moral ineludible que tenemos con las futuras generaciones.

Para salir de este laberinto, es indispensable que cambiemos los cristales con los que miramos el problema. El error conceptual más grave que cometemos es seguir asociando la palabra “longevidad” de manera automática con un “retiro prolongado e inactivo”. El siglo XXI ha redefinido por completo el ciclo de la vida humana. Las personas de hoy estudian durante mucho más tiempo, cambian de carrera o de profesión varias veces a lo largo de sus vidas y, lo más importante, mantienen sus capacidades intelectuales, su experiencia y su vigor físico mucho más allá de la tradicional frontera de los 65 años.

El nuevo paradigma que debemos abrazar con entusiasmo no es el de la jubilación como un punto final, sino el de la longevidad productiva. Esta visión transformadora implica repensar nuestro mercado laboral y

nuestras leyes para permitir un retiro flexible, donde la transición a la jubilación no sea un corte abrupto como una guillotina, sino un proceso gradual. Implica fomentar el empleo parcial para adultos mayores, donde puedan aportar su sabiduría sin someterse a jornadas extenuantes. Significa potenciar la mentoría senior dentro de las empresas e incluso incentivar el emprendimiento tardío, demostrando que la capacidad de innovar no tiene fecha de caducidad. No estamos hablando de obligar a un trabajador agotado por la fuerza física a seguir laborando hasta el desmayo. De ninguna manera. De lo que estamos hablando es de crear las condiciones institucionales para permitir y facilitar que aquellos que desean y pueden seguir contribuyendo a la sociedad, lo hagan, sintiéndose útiles, valorados y económicamente recompensados.

Para materializar esta visión de una longevidad productiva y, al mismo tiempo, proteger con absoluta firmeza a quienes genuinamente ya han agotado sus fuerzas y no pueden continuar laborando, nuestro país necesita observar con detenimiento las arquitecturas financieras más sólidas del mundo. En mis lecturas recientes sobre política económica comparada, he prestado especial atención al modelo desarrollado por los Países Bajos, una nación que ha logrado estructurar uno de los sistemas previsionales más robustos, equitativos y transparentes de todo el globo terráqueo.

El éxito del modelo neerlandés no es producto de la casualidad, sino de un diseño institucional meticuloso que nosotros deberíamos emular y adaptar a nuestra realidad. Sus características clave incluyen una fortísima capitalización colectiva, una supervisión técnica que es verdaderamente independiente de los vaivenes políticos, una diversificación internacional de sus inversiones para mitigar riesgos locales, y un balance magistral entre el sistema de reparto solidario y el ahorro individual. Este modelo demuestra empíricamente que la combinación inteligente y técnica de diferentes pilares financieros puede ofrecer la estabilidad y la confianza que una sociedad envejecida requiere para dormir tranquila.

Tomando esta inspiración y cruzándola con nuestra ineludible realidad fiscal, llego a la conclusión de que el futuro previsional costarricense debe

estructurarse innegablemente sobre tres bases o pilares fundamentales. El primer pilar debe seguir siendo un sistema solidario, pero un sistema solidario que sea financieramente sostenible. Esto nos exigirá, como nación madura, aceptar reformas paramétricas graduales: una edad de retiro que sea ajustable en el tiempo conforme aumente la esperanza de vida, una revisión de la densidad de cotización requerida y la creación de incentivos reales para el empleo formal.

El segundo pilar debe ser una capitalización colectiva sumamente robusta. Necesitamos que los fondos de pensiones complementarios estén administrados con una excelencia técnica intachable, que sus carteras estén amplia y sabiamente diversificadas, y que operen bajo un escrutinio de transparencia absoluto. Finalmente, el tercer pilar debe enfocarse en el ahorro voluntario incentivado. El Estado debe promover una profunda educación financiera desde las aulas escolares y ofrecer beneficios fiscales atractivos para que los ciudadanos construyan su propio colchón de seguridad. En el mundo de las finanzas públicas, que tan bien conocí durante mi gestión, existe una regla de oro: la diversificación es la única herramienta verdadera para reducir los riesgos sistémicos.

Sin embargo, sería un acto de profunda ingenuidad política y económica diseñar estos tres pilares perfectos en el papel, ignorando el terreno fangoso sobre el cual pretendemos construirlos. Me refiero a uno de los mayores y más destructivos desafíos nacionales de nuestra era: la informalidad laboral. A lo largo de mis años analizando la dinámica empresarial y estatal, he comprobado que un sistema previsional, por mejor diseñado que esté desde la teoría actuarial, solo será viable y sostenible en la práctica si la base contributiva que lo alimenta es lo suficientemente amplia. Esto significa que el empleo formal debe crecer vigorosamente y la evasión a la seguridad social debe reducirse a su mínima expresión.

Por esta razón fundamental, la reforma de nuestras pensiones no puede discutirse en una mesa aislada, separada de la política económica general. La viabilidad de las pensiones está íntimamente e inseparablemente ligada a la competitividad económica del país, a una urgente simplificación tributaria que deje de asfixiar a los pequeños empresarios, y a la creación de incentivos audaces para la formalización del trabajo. Cuando una parte

tan significativa de nuestra población económicamente activa labora fuera de la formalidad, no solo disminuyen las cotizaciones que sostienen el sistema hoy, sino que se está incubando una masa de ciudadanos que enfrentarán una vulnerabilidad extrema en su vejez, debilitando de muerte la sostenibilidad social de la nación.

Este panorama nos conduce directamente a una advertencia que he leído en los magistrales ensayos del premio Nobel Joseph Stiglitz, y que resuena profundamente con nuestra coyuntura. Él advierte que el siglo XXI estará marcado por crecientes y peligrosas tensiones entre las distintas generaciones. Y tiene toda la razón. Si los jóvenes costarricenses perciben hoy que el Estado les exige pagar cuotas cada vez más altas, para al final recibir beneficios mucho menores, mientras cargan sobre sus hombros con deudas fiscales heredadas de nuestra irresponsabilidad, la legitimidad entera del sistema democrático se erosionará rápidamente. La equidad fiscal intergeneracional, argumenta Stiglitz, es un elemento absolutamente esencial para preservar la estabilidad democrática de cualquier país moderno. La reforma previsional que Costa Rica necesita debe ser un ejercicio de equilibrio extraordinario: debe proteger a quienes ya están jubilados hoy, garantizar la viabilidad matemática para el futuro, y asegurar una justicia distributiva que no sacrifique a nuestros nietos.

Esta dimensión ética es fundamental. A veces, en los ministerios de Hacienda y en las superintendencias, nos perdemos en el bosque de los números y los gráficos actuariales, olvidando que las pensiones representan muchísimo más que una simple transferencia de dinero o un asiento contable. Las pensiones representan la dignidad humana en su estado más vulnerable. Representan el reconocimiento tangible y el agradecimiento de una sociedad al trabajo y al sudor de toda una vida. Representan la tranquilidad de poder envejecer sin el terror de la miseria.

El economista y filósofo Amartya Sen lo explica bellamente en sus tratados sobre el desarrollo humano, señalando que la seguridad económica durante la vejez no es un lujo, sino una parte integral de la libertad humana, una capacidad fundamental para vivir sin miedo.

Pero esta protección ética también debe extenderse hacia adelante; representa nuestra responsabilidad sagrada con quienes aún no han nacido o apenas comienzan a caminar. Una reforma previsional bien concebida es el acto de solidaridad temporal más grande que puede ejecutar un Estado. Es la decisión soberana y moral de que ninguna generación tiene el derecho de vivir a expensas de otra.

Para administrar este contrato intergeneracional en el siglo de la longevidad, debemos desterrar las herramientas del pasado. En mi juventud, la administración pública dependía de libros de contabilidad físicos y cálculos manuales. Hoy, la gestión moderna y segura de los fondos de pensión requiere incorporar sin temor la tecnología de punta. El sistema costarricense debe adoptar la inteligencia artificial para realizar proyecciones actuariales mucho más precisas y dinámicas. Necesitamos sistemas de monitoreo en tiempo real de los riesgos financieros globales, portales de transparencia digital absoluta donde cada ciudadano pueda ver el destino de sus aportes, y una gobernanza técnica completamente independiente. Siguiendo el ejemplo de Japón y Europa, que fortalecieron radicalmente la supervisión institucional de sus fondos frente al envejecimiento, Costa Rica debe blindar sus reservas de pensiones de los ciclos políticos cortoplacistas y de las tentaciones populistas de los gobiernos de turno.

Debemos entender, además, que estos fondos no son dinero congelado en una bóveda. Hay una relación simbiótica entre las pensiones y el crecimiento económico. Un sistema previsional estable, confiable y vigoroso fortalece la confianza general del país, promueve el ahorro interno a una escala masiva y, lo más importante, impulsa la inversión productiva a largo plazo. Los inmensos recursos acumulados en los fondos de pensión, si se administran con visión de Estado y rigor técnico, pueden y deben financiar la infraestructura crítica que Costa Rica necesita para el siglo XXI: carreteras modernas, proyectos de energías renovables, puertos eficientes y otras obras estratégicas nacionales. Diversos países europeos han utilizado magistralmente sus fondos previsionales como el motor de su desarrollo soberano, generando rendimientos para sus jubilados y progreso tangible para su país al mismo tiempo.

Por el contrario, si sucumbimos al miedo y decidimos no actuar, si optamos por patear la pelota hacia adelante para que el próximo gobierno resuelva el problema, las consecuencias serán devastadoras. El riesgo de la inacción es incalculable. Si no se toman decisiones valientes hoy, aumentará la incertidumbre económica, se deteriorará la confianza de los inversores y de los ciudadanos, se agravará el déficit fiscal de manera incontrolable y el debate, que debería ser técnico, se politizará hasta volverse tóxico. La historia de la política pública global nos demuestra que las crisis previsionales suelen explotar de manera abrupta, dejando a los gobiernos sin margen de maniobra, mientras que las reformas verdaderamente exitosas son aquellas que se discuten, se diseñan y se implementan de manera gradual y anticipada.

Paralelamente a esta reforma financiera, el Estado debe prepararse para los cambios culturales que la revolución demográfica trae consigo. En las sociedades más tradicionales y agrícolas de nuestro pasado, el cuidado de los mayores recaía de forma casi exclusiva en la familia extensa. Hoy, esa estructura familiar está cambiando drásticamente a nuestro alrededor. El sistema previsional y las políticas de bienestar deben adaptarse rápidamente a la realidad de hogares mucho más pequeños, a un menor soporte intergeneracional directo dentro de las casas y a una movilidad laboral que a menudo aleja a los hijos de sus padres. La política pública no

Todo este proceso de adaptación institucional requiere, inexcusablemente, de un gran consenso social. Como ha argumentado extensamente el académico Masahiko Aoki en sus estudios sobre la evolución institucional de Japón, las reformas profundas solo logran arraigarse y ser exitosas cuando existe una coordinación cultural y un acuerdo amplio entre los diferentes actores de la sociedad.

puede ignorar esta transformación cultural; debe acompañarla, facilitando servicios comunitarios y apoyos que sustituyan lo que antes resolvía la dinámica familiar.

Asimismo, la economista Esther Duflo nos recuerda que no podemos improvisar; cada paso de esta reforma debe ser evaluado con evidencia empírica rigurosa

para garantizar que realmente estamos protegiendo a la población y no experimentando con su futuro.

Hacia esto debemos apuntar: hacia la forja de un nuevo pacto generacional.

Costa Rica necesita sentar en la misma mesa, con voluntad real de ceder y construir, a los trabajadores, a los pensionados actuales, a los empresarios, a los representantes del Estado y, de manera muy especial, a la juventud. El debate nacional sobre las pensiones no puede ni debe ser un escenario polarizante de gritos y acusaciones. Debe ser un diálogo responsable, maduro y técnico. La sostenibilidad previsional no es un triunfo para un partido político; es un proyecto de supervivencia nacional.

Cuando proyecto mi mirada hacia la Costa Rica del 2050, vislumbro que seremos una sociedad mayoritariamente madura, y veo dos escenarios claramente dibujados en el horizonte. El Escenario A, el de la esperanza, es el resultado de una reforma anticipada y valiente: un sistema previsional estable, una profunda confianza social y un envidiable equilibrio fiscal que nos permita seguir invirtiendo en desarrollo. El Escenario B, el del fracaso, es el resultado de la postergación cobarde: un déficit creciente, una tensión generacional insoportable y una crisis económica abrupta que destruya nuestras instituciones. La inmensa y abismal diferencia entre ambos futuros no depende de la suerte ni del destino; radica, de forma exclusiva, en las decisiones que tomemos hoy.

Las pensiones, en última instancia, representan mucho más que una simple transferencia económica de fondos. Son el símbolo más poderoso de la solidaridad y el amor entre las generaciones que habitan una misma patria. El envejecimiento poblacional no tiene el poder de destruir ese contrato; simplemente lo está poniendo a prueba ante la historia.


Tengo la certeza absoluta de que Costa Rica posee la madurez democrática, el talento técnico y la profundidad institucional necesarios para rediseñar su sistema previsional apelando a la responsabilidad y al diálogo respetuoso. Si logramos hacerlo, le demostraremos al mundo, y a nosotros mismos, que una sociedad longeva puede ser, al mismo tiempo, una sociedad inmensamente justa. Porque la verdadera riqueza de nuestra nación no se encuentra únicamente en sus indicadores de crecimiento económico. Reside, de manera fundamental, en su inquebrantable capacidad de cuidar con honor y dignidad a quienes la construyeron con sus propias manos, asegurándose de no hipotecar jamás el futuro y los sueños de quienes habrán de heredarla.



Capítulo 4

El Aula Infinita

Educación sin Fecha de Caducidad.



El Psicólogo Dr. Henning Jensen plantea que la salud cognitiva en una sociedad envejecida depende de retos intelectuales constantes; la marginación educativa en los adultos mayores es una forma de exclusión social que acelera el deterioro físico y mental.

Cuando observo el diploma universitario que cuelga en la pared de mi estudio, enmarcado con el orgullo propio de la época en que lo recibí, no puedo evitar sonreír ante la inocencia de aquel joven que creía haber cruzado la línea de meta. Ese cartón amarillento por el paso del tiempo representa muchas cosas: esfuerzo, madrugadas de estudio, el sacrificio de mis padres y el inicio de una trayectoria profesional que me llevaría a recorrer los pasillos de la empresa pública y los laberintos del gobierno. Sin embargo, ese mismo diploma representa también una de las ilusiones más grandes y generalizadas del siglo XX: la creencia absoluta de que uno estudia una sola vez en la vida, se gradúa, y luego vive de las rentas de ese conocimiento durante las siguientes cuatro décadas.

Esa era la promesa implícita del contrato social y educativo con el que creció mi generación y las generaciones que nos siguieron. La vida humana, en nuestra mente y en nuestra planificación estatal, estaba rígidamente dividida en tres compartimentos estancos, separados por muros infranqueables.

El primer compartimento, que abarcaba aproximadamente las primeras dos décadas de existencia, estaba dedicado exclusivamente a la educación. Era la etapa de absorber, de sentarse en los pupitres de nuestras flamantes escuelas públicas —aquellas que construimos con los recursos que liberamos al abolir el ejército— y prepararnos para el mundo. El segundo compartimento era el del trabajo y la producción, una etapa larga y lineal donde aplicábamos lo aprendido. Y el tercer compartimento, al final del camino, era el retiro, concebido como un merecido descanso donde la necesidad de adquirir nuevas habilidades simplemente desaparecía.

Hoy, a través del inmenso privilegio que me otorga el sentarme frente a las cámaras de mi programa “Reto Siglo 21”, he escuchado a Costarricenses comprometidos con Costa Rica; educadores, científicos y líderes empresariales desarticular por completo este paradigma. Las conversaciones que he sostenido me han llevado a una conclusión irrefutable: en el contexto de la revolución demográfica que atraviesa nuestra nación, mantener esa división tripartita de la vida no solo es un error de cálculo, es un suicidio intelectual y económico. La educación ya no puede tener una fecha de caducidad estampada en la frente a los veinticinco años.

La revolución demográfica nos regaló el privilegio extraordinario del tiempo. Al prolongar la esperanza de vida, hemos extendido el horizonte humano de una manera que nuestros abuelos jamás habrían imaginado. Pero este regalo viene acompañado de una disrupción tecnológica que avanza a una velocidad vertiginosa, triturando paradigmas y volviendo obsoletos los conocimientos técnicos en cuestión de pocos años. En la Costa Rica de mi juventud, un contador, un ingeniero o un administrador público podía ejercer su oficio con las mismas herramientas y los mismos métodos desde el día de su graduación hasta la víspera de su jubilación. La estabilidad del conocimiento era la norma. Hoy, la única constante es la obsolescencia.

Si un ciudadano costarricense se jubila a los sesenta y cinco años, y tiene por delante la maravillosa estadística de vivir veinte o treinta años más, ¿cómo podemos justificar, como sociedad, que cerremos las puertas de

nuestras aulas para él? Más apremiante aún, si un trabajador de cincuenta años descubre que su oficio ha sido automatizado por la inteligencia artificial o desplazado por las nuevas dinámicas del mercado global, ¿qué le ofrecemos? Nuestro sistema actual lo mira con desconcierto, como a un forastero que llegó tarde a la fiesta del aprendizaje. El sistema fue diseñado para recibir adolescentes y entregar adultos jóvenes al mercado; no sabe qué hacer con un hombre maduro que necesita reinventarse desde cero.

Durante mis años de servicio en la administración pública, pude palpar esta tragedia silenciosa de primera mano. Recuerdo con claridad las discusiones sobre los presupuestos de capacitación en las instituciones del Estado y en las empresas públicas. Las becas, los seminarios de actualización y los programas de liderazgo en el extranjero estaban casi invariablemente dirigidos a los talentos emergentes, a los jóvenes de quienes se esperaba un “retorno de inversión” a largo plazo. Los funcionarios que cruzaban la barrera de los cincuenta y cinco años eran, en muchos casos, sutilmente marginados de estos procesos de modernización. Se asumía, bajo un edadismo no escrito pero profundamente arraigado, que estaban “esperando la pensión”. Se les enviaba al rincón del estancamiento, desperdiciando de manera criminal décadas de experiencia acumulada, intuición estratégica y memoria institucional, simplemente porque carecían del entrenamiento en la última herramienta tecnológica.

Este descarte sistemático es un lujo que la Costa Rica del siglo XXI ya no puede darse. Como lo hemos analizado, nuestra fuerza laboral joven se está reduciendo debido a la caída de la natalidad. No tendremos legiones de jóvenes recién graduados para sustituir a los trabajadores maduros. Por lo tanto, la vitalidad de nuestra economía dependerá de nuestra capacidad para mantener a nuestra población adulta económicamente activa, intelectualmente afilada y tecnológicamente pertinente durante muchos años más. La longevidad productiva, de la que hablamos cuando abordamos el futuro de las pensiones, es una quimera inalcanzable si no la cimentamos sobre la piedra angular del aprendizaje permanente.

Debemos enfrentar un obstáculo cultural colosal: el estigma de la edad frente al aprendizaje. En nuestra jerga popular solemos repetir, con una

resignación pasmosa, aquel viejo adagio de que “loro viejo no aprende a hablar”. Esta frase encierra una de las mentiras más paralizantes de nuestra cultura. A través de mis diálogos con expertos en neurociencia y desarrollo cognitivo, he aprendido que el cerebro humano posee una cualidad maravillosa llamada neuroplasticidad. Nuestro cerebro no es una vasija de arcilla que se endurece irreversiblemente en la juventud; es un órgano vivo, maleable y capaz de formar nuevas conexiones neuronales hasta el último suspiro de vida, siempre y cuando se le someta al estímulo adecuado.

Aprender un nuevo idioma a los sesenta años, dominar el uso del análisis de datos a los sesenta y cinco, o iniciar una carrera en humanidades a los setenta, no solo es biológicamente posible, sino que constituye el mejor escudo protector contra el deterioro cognitivo. La ciencia nos grita que la curiosidad intelectual y el esfuerzo por asimilar nuevos conocimientos son factores determinantes para retrasar la aparición de demencias y mantener la agudeza mental. Por lo tanto, exigir y facilitar la educación continua para los adultos mayores no es únicamente una política de empleabilidad o competitividad económica; es, en su esencia más pura, una política de salud pública preventiva de primer nivel.

En este punto de inflexión histórica, Costa Rica necesita revivir el espíritu visionario que nos caracterizó en el siglo XIX, cuando tuvimos la audacia de declarar la educación primaria como gratuita y obligatoria, un mandato que forjó el alma igualitaria de la República.

Hoy necesitamos un nuevo mandato cívico, una nueva declaración de principios adaptada a la revolución demográfica: el derecho inalienable a la educación a lo largo de toda la vida.

Debemos erradicar la noción de que la educación de adultos se limita a la alfabetización básica o a cursos recreativos de manualidades para pasar el tiempo. Aunque esas actividades tienen su valor social,

lo que el país requiere con urgencia es una verdadera infraestructura de reconversión profesional, un ecosistema de aprendizaje diseñado específicamente para las mentes maduras.

El aula del futuro no puede ser un espacio reservado exclusivamente para

quienes tienen toda la vida por delante; debe ser el punto de encuentro para quienes tienen una vida de experiencia a sus espaldas y desean seguir aportando. Imaginemos el poder transformador de un entorno de aprendizaje donde la energía impulsiva y la fluidez digital de un joven de veinte años se amalgama en el mismo pupitre, o en la misma plataforma virtual, con la prudencia, la resiliencia y la inteligencia emocional de un profesional de sesenta. Esa interacción intergeneracional no solo enriquece el proceso de asimilación de conocimientos, sino que reconstruye el tejido social que la modernidad y el aislamiento amenazan con desgarrar.

Sin embargo, para que esta visión se convierta en la realidad tangible que nuestras familias necesitan, el andamiaje institucional del país debe someterse a una profunda autocrítica y a una reingeniería radical. No podemos inyectar vino nuevo en odres viejos. Pretender que un adulto de cincuenta y cinco años, con responsabilidades familiares y financieras urgentes, abandone su vida para matricularse en un programa universitario tradicional de cuatro o cinco años, con horarios rígidos y currículos cargados de materias de relleno, es no comprender en absoluto la naturaleza del problema.

El aprendizaje en la edad madura requiere agilidad, precisión y un respeto absoluto por el tiempo del individuo. Exige modelos pedagógicos que valoren y reconozcan el aprendizaje previo, certificando las competencias que la vida y el trabajo ya han enseñado, para enfocarse quirúrgicamente en cerrar las brechas de conocimiento que demanda el nuevo entorno tecnológico y productivo. Exige comprender que el deseo de aprender en la vejez no nace de la obligación impuesta por los padres, sino de una sed profunda de significado, de relevancia social y de supervivencia económica. Las instituciones que no comprendan este cambio de gravedad en el mercado de la educación estarán condenadas a la irrelevancia, observando cómo la sociedad longeva avanza dejándolas rezagadas en su torre de marfil diseñada para un país de adolescentes que ya no existe.

Esa inminente irrelevancia de nuestras instituciones educativas tradicionales frente al tsunami demográfico es, quizá, una de las mayores advertencias que debemos atender. Para evitar ese naufragio

institucional, la transformación debe ser quirúrgica y profunda. Las universidades públicas y privadas de Costa Rica, así como el Instituto Nacional de Aprendizaje (INA), se encuentran ante la obligación moral y económica de rediseñar su oferta académica. Como bien se apuntaba en las notas que originan esta reflexión, el futuro nos exige implementar micro credenciales, cursos modulares y una capacitación verdaderamente permanente.

Leí un fascinante análisis de la doctora Silvia Hernández que ahondaba en este punto. Ella explicaba que un trabajador maduro que ha perdido su empleo debido a la automatización no tiene cuatro años para volver a las aulas y obtener un nuevo título universitario; necesita certificaciones cortas, precisas y altamente valoradas por el mercado que le permitan reconvertirse en cuestión de meses. Ese es el modelo de “educación ágil” que debemos construir. El aprendizaje, entonces, debe convertirse en una parte natural, fluida e indivisible de la vida laboral cotidiana.

Esta necesidad de reconversión constante nos remite, inevitablemente, a las advertencias que el gran pensador de la administración moderna, Peter Drucker, lanzó hace ya varias décadas. A través de mis lecturas a lo largo de los años, he vuelto repetidamente a sus textos, donde él anticipaba con una claridad asombrosa que la mayor transformación económica de nuestra era sería el surgimiento del “trabajador del conocimiento”.

Drucker previó que la productividad basada en el intelecto y el saber reemplazaría irremediablemente a la fuerza física como el motor central de la economía.

Para los costarricenses de mi generación, que vimos a nuestro país transitar de una economía predominantemente agrícola a una basada en servicios y tecnología de punta, esta transición es palpable. La ventaja maravillosa del trabajador del conocimiento es que su principal herramienta de producción —su cerebro— no se desgasta a los sesenta años de la misma manera en que se

desgasta la espalda de un agricultor o las articulaciones de un obrero de la construcción. El conocimiento nos permite mantenernos productivos y relevantes mucho más allá de la edad tradicional de retiro, siempre y cuando ese conocimiento se riegue y se pode constantemente a través de la educación continua. Pero esta nueva realidad también acarrea un inmenso desafío psicológico e identitario.

Históricamente, nuestra identidad personal ha estado profundamente atada a nuestra profesión inicial. Uno “era” abogado, médico, ebanista o maestro para toda la vida. El retiro significaba la pérdida de ese título ante la sociedad, un duelo silencioso que muchos de mis contemporáneos vivieron con profunda tristeza, sintiendo una dolorosa pérdida de rol social y de autoestima.

Sin embargo, el historiador y filósofo Yuval Noah Harari, en sus visionarios ensayos sobre los retos del siglo XXI, argumenta que este modelo de una sola identidad profesional desaparecerá por completo.

Él sostiene que la extensión de la vida humana, combinada con la volatilidad del mercado laboral, obligará a las personas a tener múltiples carreras a lo largo de su existencia, exigiendo que reinventemos constantemente nuestra propia identidad.

Pensemos en la magnitud de este cambio cultural para Costa Rica. Significa que un ciudadano podría dedicar sus veintes y treintas a la ingeniería, transitar en sus cuarentas hacia la gestión de proyectos, y a los sesenta, tras una reconversión educativa mediante cursos modulares, convertirse en un consultor de sostenibilidad ambiental o en un educador en tecnologías comunitarias. El ciclo laboral del futuro ya no será una línea recta ascendente que termina en un precipicio; será un proceso dinámico de múltiples etapas. Existirá una primera fase de educación y exploración, seguida de una etapa de consolidación laboral, para luego entrar a una tercera etapa de reconversión o de inicio de una carrera completamente nueva, y culminar en una cuarta etapa dedicada a la mentoría, la consultoría experta o el emprendimiento tardío.

Para que este trabajador “multietapa” pueda florecer, el Estado costarricense tiene que erradicar todas las barreras de edad en el acceso a la educación técnica y superior. Y aquí debemos ser sumamente cuidadosos con un riesgo latente del que se habla poco: la brecha digital convertida en exclusión emocional y económica. La digitalización de nuestra sociedad ha traído beneficios incalculables, pero al mismo tiempo, ha levantado muros invisibles para gran parte de la población adulta mayor. Muchos enfrentan una exclusión tecnológica severa, encontrando dificultades monumentales no solo para acceder a nuevos conocimientos, sino para realizar trámites básicos, agendar citas médicas o interactuar con un Estado que se ha vuelto predominantemente virtual.

En un ensayo brillante sobre sociología urbana que leí hace poco, se advertía que esta brecha digital puede transformarse rápidamente en una brecha emocional y de aislamiento social. Si no garantizamos que nuestros ciudadanos mayores dominen el lenguaje de la tecnología moderna, los estaremos exiliando de la plaza pública del siglo XXI. Por lo tanto, la alfabetización digital masiva y adaptada pedagógicamente para adultos mayores no puede ser vista como un programa simpático de responsabilidad social empresarial; debe asumirse como una política social de primer orden, un derecho humano fundamental indispensable para la autonomía en una sociedad longeva.

Además de la reconversión tecnológica y profesional, la educación en la madurez cumple una función social que trasciende la economía: la preservación de nuestra memoria histórica y la transferencia intergeneracional de sabiduría. Al abrir las puertas de las aulas, físicas o virtuales, a los adultos mayores, no solo los convertimos en estudiantes, sino que les otorgamos la plataforma para ser maestros. A lo largo de mi carrera, las decisiones más sabias que presencié rara vez provenían del dominio de la última herramienta de moda; provenían del juicio estratégico, de la prudencia, del liderazgo pausado y de la capacidad de leer contextos complejos, cualidades que únicamente se destilan con el paso de los años.

Masahiko Aoki, cuyas ideas he estudiado con fascinación, se destacaba

cómo Japón logró reorganizar sus empresas para integrar orgánicamente a las diferentes generaciones laborales, valorando la estabilidad que aporta el trabajador mayor y combinándola con la innovación del joven. Costa Rica debe aspirar a ese mismo equilibrio. Necesitamos equipos de trabajo y aulas de clase verdaderamente intergeneracionales. Cuando logramos que convivan en un mismo espacio de aprendizaje o producción el ímpetu joven con la experiencia senior, no solo generamos riqueza económica, sino que construimos culturas organizacionales profundamente inclusivas y humanistas.

Es imperativo comprender que la educación permanente es también el motor de lo que llamamos la “economía plateada” o “silver economy”. Un adulto mayor que se mantiene aprendiendo es un ciudadano que descubre nuevas necesidades, que emprende nuevos proyectos y que demanda servicios más sofisticados.

El emprendimiento en edades avanzadas es un fenómeno emergente que debemos celebrar y apoyar con recursos estatales y financieros. Personas mayores de cincuenta o sesenta años poseen redes profesionales consolidadas, un conocimiento profundo de su sector y una resiliencia frente

al fracaso que muchos jóvenes aún están desarrollando. Promover programas específicos para emprendedores mayores, como ya lo hacen exitosamente en Europa y Japón, significa reconocer que la longevidad amplía el ciclo creativo del ser humano, permitiéndole generar riqueza y empleo para el país en etapas donde antes solo se esperaba pasividad.

Puedo atestiguar que el hambre de comprender el mundo no se apaga con el tiempo; por el contrario, se refina. La vida me ha enseñado que el momento en que un ser humano decide que ya lo sabe todo, o que ya no tiene la capacidad de aprender nada nuevo, es el momento exacto en el que comienza a envejecer de verdad, independientemente de lo que diga su cédula de identidad.

Por eso, el rediseño de nuestro pacto educativo debe estar impregnado de esta filosofía. La política pública debe garantizar que el aprendizaje deje de ser un evento aislado confinado a la juventud, para convertirse en el oxígeno que respire nuestra sociedad longeva. Las universidades deben

crear currículos flexibles, las bibliotecas públicas deben transformarse en centros dinámicos de alfabetización digital para la tercera edad, y las empresas deben recibir incentivos fiscales reales para capacitar a sus trabajadores más veteranos.

Aprender historia del arte a los setenta, comprender los fundamentos de la astronomía a los setenta y cinco, o estudiar la literatura clásica de nuestro país en la octava década de vida, son actos de rebeldía intelectual que dignifican la condición humana.

Y hay otra dimensión de la educación en la etapa madura de la vida que me parece de una belleza profunda y que a menudo escapa a las hojas de cálculo de los economistas: el aprendizaje por el simple y puro placer de ensanchar el alma. A lo largo de la

vida productiva, el aprendizaje suele estar atado a la utilidad inmediata. Estudiamos para pasar un examen, para conseguir un ascenso, para resolver un problema técnico. Pero cuando la presión de la etapa de consolidación laboral disminuye, la longevidad nos regala la libertad de aprender para maravillarnos.

Diversos estudios muestran que estas prácticas reflexivas y de aprendizaje libre reducen la ansiedad, fortalecen la resiliencia y aumentan significativamente la satisfacción vital de las personas mayores. El sentido de trascendencia y la conexión humana que nacen del conocimiento compartido son el mejor antídoto contra la epidemia de la soledad y la depresión que amenaza a las sociedades envejecidas.

En conclusión, la Costa Rica que aspiro dejar a mis nietos no puede ser un país que obligue a sus ciudadanos a bajarse del tren del conocimiento a mitad del viaje. Debe ser un país que entienda que, así como el agua limpia y las vacunas nos permitieron extender la cantidad de años que vivimos, es la educación continua la única herramienta capaz de garantizar la calidad, la dignidad y el propósito de esos años adicionales.

Si logramos democratizar el aprendizaje permanente, si rompemos el monopolio de la juventud sobre las aulas y convertimos a Costa Rica en un inmenso campus intergeneracional, habremos resuelto gran parte del

rompecabezas demográfico. Un pueblo que no deja de aprender es un pueblo que no envejece en el espíritu, que no se rinde ante la adversidad económica y que mantiene intacta su capacidad de asombro. Ese es el verdadero reto de la revolución demográfica: convencernos, de una vez por todas, de que la mente humana no tiene fecha de caducidad y de que siempre, hasta el último día, estaremos a tiempo de reinventar nuestro lugar en el mundo.



Capítulo 5

El Yunque y la Plata

**Trabajar, Producir y Crear Riqueza
en una Sociedad Longeva.**



El Sociólogo Jorge Mora Alfaro afirmó que el modelo del trabajador tradicional está agotado: leyes rígidas frenan la adaptación y el retiro debe entenderse como una transición hacia la mentoría y la dirección estratégica.

Al repasar las memorias de mi vida, y particularmente al recordar las largas jornadas que pasé en despachos gubernamentales y juntas directivas de empresas privadas, me doy cuenta de que toda nuestra arquitectura institucional se construyó sobre una premisa inquebrantable y, hasta hace muy poco, incuestionable. Durante más de un siglo, el modelo laboral del mundo, y ciertamente el de Costa Rica, fue de una predictibilidad casi matemática.

El guión de la vida estaba escrito con tinta indeleble y todos conocíamos nuestro papel. Una persona nacía, se dedicaba a estudiar ininterrumpidamente hasta los 20 o 25 años, luego ingresaba al mercado laboral para trabajar arduamente durante cuatro décadas seguidas, y finalmente, al cruzar el umbral de los 60 años, se retiraba de manera definitiva. Ese esquema lineal, estructurado y rígido fue el que definió por completo la organización económica, el diseño empresarial y la estructura social de toda la era industrial moderna.

Nuestras leyes de trabajo, nuestros códigos de comercio, la planificación de nuestras planillas estatales y la visión misma de los sindicatos y las cámaras empresariales se cimentaron sobre la idea de que el trabajador era un recurso con una fecha de inicio y una fecha de caducidad fijas. El retiro era visto como la línea de meta, el momento en que se entregaban las herramientas, se recibía un apretón de manos, una placa conmemorativa y se pasaba a la inactividad. Ese paradigma, que me tocó administrar y perpetuar durante mi juventud y mi etapa de mayor vigor profesional, brindaba una inmensa seguridad psicológica a la sociedad. Sabíamos exactamente qué esperar del futuro.

Sin embargo, a través del intercambio constante de ideas que he recibido a lo largo de todos estos años, he asimilado una verdad que resulta tan incómoda como fascinante: la revolución demográfica ha destrozado ese patrón por completo. El esquema predecible del siglo XX se ha fracturado bajo el peso de nuestro propio éxito sanitario e institucional. Cuando las estadísticas nos confirman que las personas llegarán a vivir 85 o 90 años con regularidad asombrosa, la noción misma de una vida laboral relativamente corta seguida de un retiro inactivo y prolongado deja de tener sentido práctico y financiero.

Pensemos en el absurdo económico y humano de este modelo heredado: ¿tiene alguna lógica que una persona dedique un tercio de su vida a prepararse, un tercio a trabajar y pase el último tercio en completa inactividad productiva, consumiendo recursos sin tener la oportunidad de generar valor? La respuesta es un rotundo no. El trabajador del siglo XXI, nos guste o no, no tendrá una sola y monolítica etapa productiva a lo largo de su existencia; tendrá varias, entrelazadas y dinámicas.

A lo largo de los siglos, filósofos de distintas épocas han meditado sobre la relación del ser humano con el tiempo y el trabajo, y sus reflexiones cobran una vigencia estremecedora en nuestra coyuntura actual. Séneca, en su magistral obra “De la brevedad de la vida”, escrita hace dos milenios en la antigua Roma, criticaba con dureza a aquellos que postergaban sus propósitos y su participación activa en la sociedad esperando la vejez para descansar. El filósofo estoico argumentaba que el problema no es

que tengamos poco tiempo, sino que perdemos mucho en la inactividad y en la falta de dirección. Hoy, la demografía nos ha concedido ese tiempo extra que Séneca tanto valoraba, pero nuestras estructuras laborales nos empujan a desperdiciarlo en retiros forzosos. Si la vida es larga, la etapa de contribución a la polis, al bienestar colectivo, debe extenderse proporcionalmente, no como una condena de trabajos forzados, sino como un ejercicio pleno de la dignidad ciudadana.

Al abandonar el paradigma del trabajador tradicional de una sola etapa, nos estrellamos de frente contra la nueva matemática poblacional. La disminución sostenida de la natalidad en Costa Rica está generando un fenómeno inevitable que los economistas observan con enorme preocupación: la fuerza laboral de nuestra nación está dejando de crecer.

Uno de los mayores dolores de cabeza de los gobiernos era cómo generar suficientes puestos de trabajo para los miles y miles de jóvenes que egresaban anualmente de los colegios y universidades. Había una presión inmensa por expandir la economía simplemente para absorber a esa masa de talento naciente. Hoy, las proyecciones para las próximas décadas nos dibujan un país diametralmente opuesto. Enfrentaremos un menor ingreso de jóvenes al mercado laboral, un envejecimiento acelerado de la población que ya se encuentra activa, y una presión colosal sobre la productividad nacional.

Este giro altera por completo la lógica del desarrollo económico bajo la cual fuimos formados. Históricamente, en la época en que el crecimiento económico del país venía casi siempre acompañado, y muchas veces impulsado, por la expansión demográfica natural. Teníamos más manos para trabajar, más bocas que alimentar, más consumidores en el mercado. Esa ventaja numérica ha desaparecido. De ahora en adelante, nuestro crecimiento dependerá de un mandato mucho más sofisticado y difícil de ejecutar: hacer más con menos personas.

Esta transición hacia un mercado laboral contraído no es fácil de asimilar. Para entender verdaderamente la magnitud de este cambio, resulta inmensamente útil alejarnos de los pensadores económicos

convencionales que diseñaron el siglo XX, y sumergirnos en la visión del sociólogo y filósofo Zygmunt Bauman y su concepto de la “modernidad líquida”. Bauman nos explicó magistralmente cómo las estructuras sólidas de nuestra sociedad —los empleos para toda la vida, las lealtades corporativas eternas, las profesiones inmutables— se han derretido.

El mercado laboral de la Costa Rica del siglo XX era sólido. El de la Costa Rica longeva es intrínsecamente líquido. Las habilidades técnicas fluyen y se evaporan, las empresas cambian de forma y la estabilidad ya no reside en aferrarse al mismo escritorio durante cuarenta años, sino en la capacidad de navegar las corrientes del cambio. En una sociedad envejecida, donde no hay jóvenes suficientes para reemplazar a los que salen, la “liquidez” se convierte en una virtud de supervivencia. El trabajador mayor, lejos de ser la roca inamovible que estorba en el río, debe ser el navegante más experimentado, capaz de moldearse a nuevos roles, de adquirir nuevas destrezas y de aportar su juicio crítico donde la fuerza física ya no es el factor determinante.

Ante este panorama donde escasea la mano de obra, es imperativo estudiar cómo reaccionaron aquellas naciones que vieron vaciarse sus fábricas y oficinas mucho antes que nosotros. Japón, como en tantos otros aspectos de la transición demográfica, fue el primer país en experimentar de manera brutal y directa la escasez estructural de trabajadores. Las empresas japonesas, famosas por su cultura de empleo vitalicio y su altísima productividad, se estrellaron contra una realidad inédita que amenazaba con paralizar sus cadenas de suministro y su sector de servicios: simplemente no había suficientes jóvenes para sostener los niveles de producción a los que estaban acostumbrados.

Cualquier observador superficial habría pronosticado el hundimiento de la economía nipona. Sin embargo, en el mundo de la geopolítica y el desarrollo económico, la necesidad es la madre de todas las invenciones. La respuesta de Japón frente a la ausencia de jóvenes fue una estrategia nacional triple y magistralmente ejecutada: primero, apostaron por una automatización masiva en todos los sectores posibles; segundo, impulsaron de manera agresiva la incorporación laboral de los adultos

mayores; y tercero, fomentaron una mayor participación femenina en roles de liderazgo y productividad.

Detengámonos un momento en la lección japonesa sobre la incorporación de los mayores. Hoy en día, Japón ostenta una de las tasas más altas de empleo entre personas que superan los 65 años de edad. Pero no lo lograron obligando a ancianos cansados a realizar labores extenuantes. Lo lograron rediseñando los puestos de trabajo. Adaptaron las líneas de ensamblaje, ajustaron los horarios, modificaron la ergonomía de las oficinas y crearon roles específicos donde la experiencia y la paciencia del trabajador veterano eran mucho más valiosas que la velocidad bruta de un aprendiz. La lección que Japón nos arroja a la cara, y que los planificadores estatales costarricenses deben memorizar, es clara y contundente:

En esta misma línea de análisis, cuando volvemos la mirada hacia el continente europeo, descubrimos que también ellos comprendieron, a través del rigor de las crisis de competitividad, que la sostenibilidad económica de sus naciones requería imperativamente extender la participación laboral de sus ciudadanos. Frente a sistemas de pensiones al borde de la asfixia y fábricas sin operarios, muchos países de Europa occidental y septentrional tuvieron que dismantelar la idea del retiro absoluto.

El envejecimiento de un país no elimina el trabajo; transforma de raíz quién es el que trabaja y, sobre todo, cómo se trabaja.

Introdujeron reformas audaces, algunas de las cuales, confieso, me habrían parecido imposibles de implementar en nuestra tierra. Implementaron modelos de retiro verdaderamente flexibles, donde la persona no desaparece de la oficina de un viernes para un lunes, sino que va reduciendo su carga gradualmente. Promovieron jornadas parciales

diseñadas específicamente para adultos mayores, permitiéndoles aportar valor sin agotar su salud. Crearon la figura de la mentoría empresarial senior, donde el trabajador maduro se convierte en el tutor de las nuevas generaciones, traspasando el conocimiento táctico que no se enseña en ninguna universidad. Y quizás lo más importante desde la perspectiva de la política fiscal: establecieron atractivos incentivos fiscales para las empresas que decidieran la contratación y retención de trabajadores mayores. En Europa, el concepto central del mercado laboral dejó de ser la jubilación definitiva, para pasar a ser la transición laboral gradual y planificada.

Este profundo cambio de paradigma en el primer mundo choca violentamente con una de las premisas más enraizadas y perniciosas de nuestra propia cultura corporativa. En las últimas décadas, hemos sido testigos de una sobrevaloración casi mesiánica de la juventud por parte de los departamentos de recursos humanos.

Influenciados por la estética de las empresas tecnológicas y la veneración al “emprendedor en sus veintes”. Se construyó el mito de que solo la juventud es capaz de innovar, mientras que la edad madura es sinónimo inevitable de obsolescencia.

Es aquí donde las reflexiones económicas de John Maynard Keynes, uno de los economistas más influyentes del siglo XX, nos ofrecen una perspectiva refrescante, aunque provenga de otra época. En su famoso ensayo

“Las posibilidades económicas de nuestros nietos”, Keynes vaticinaba un futuro donde los avances tecnológicos y la acumulación de capital resolverían el “problema económico” de la subsistencia, liberando a la humanidad para dedicarse a propósitos más elevados. Aunque no previó el colapso demográfico, su visión sobre la tecnología como una fuerza liberadora es fundamental. La automatización y la inteligencia artificial no deben verse como los verdugos del trabajador mayor; deben verse, a través de una lente keynesiana actualizada, como las herramientas que eliminarán la fatiga física y la rutina mecánica del mercado laboral, permitiendo que las mentes maduras se concentren en lo verdaderamente irremplazable: el juicio ético, la dirección estratégica, la empatía en el servicio y la resolución de problemas complejos.

Costa Rica se encuentra atrapada en la intersección exacta de dos fuerzas históricas arrolladoras. Enfrentamos, simultáneamente, un rápido envejecimiento poblacional y una transformación tecnológica acelerada que redefine qué habilidades son valiosas en el mercado global. Esta colisión de realidades nos exige, sin excusas ni demoras, rediseñar completamente nuestro mercado laboral. No basta con parches o reformas cosméticas al Código de Trabajo. El país necesitará, para sobrevivir a este siglo, trabajadores que se mantengan activos por muchísimo más tiempo, una exigencia brutal por aumentar la mayor productividad individual posible de cada ciudadano, y un sistema que abrace la reconversión profesional como un proceso permanente.

El empleo en Costa Rica dejará de ser una línea recta y estática trazada desde la graduación hasta la vejez. Será dinámico, fluctuante y lleno de reinversiones. El reto ya no es proteger el empleo a toda costa, sino proteger al trabajador, brindándole las herramientas institucionales, educativas y legales para que su experiencia se convierta en el yunque sobre el cual la juventud y la tecnología puedan forjar la plata de nuestra prosperidad futura. La juventud es una chispa vital, pero es en la madurez y en la constancia donde una nación realmente construye su riqueza perdurable.

Esa constancia, sin embargo, requiere de un ecosistema que la proteja y la potencie. Muchas veces, enfrentamos innumerables veces el miedo paralizante que produce la llegada de nuevas herramientas. Recuerdo con nitidez la ansiedad en los despachos ministeriales durante las décadas pasadas, cuando la introducción de los primeros sistemas informáticos amenazaba, en la mente de muchos, con desplazar a ejércitos de funcionarios acostumbrados al papel y al sello. Hoy, ese mismo temor se respira en los pasillos corporativos e institucionales frente a la inteligencia artificial y la robótica. Es natural; la automatización suele generar un pavor instintivo. Pero en el contexto de las sociedades envejecidas, debemos dar un giro copernicano a esta percepción: la tecnología deja de ser una amenaza opcional para convertirse en una absoluta e insustituible necesidad de supervivencia.

Cuando la fuerza laboral humana disminuye progresivamente por la falta de nacimientos, la tecnología emerge como la única fuerza capaz de compensar esa escasez estructural de mano de obra. Sectores que son estratégicos para el desarrollo de Costa Rica están obligados a integrar esta realidad. Hablamos de la manufactura avanzada, de la logística inteligente que conecta nuestros puertos, de la agricultura de precisión que debe alimentar al país con menos campesinos jóvenes, de los servicios digitales y, por supuesto, de la inteligencia artificial aplicada a la gestión diaria.

Al mirar nuevamente hacia Asia, comprobamos que Japón no destruyó su economía al introducir robots en sus fábricas; por el contrario, utiliza la robótica de manera extensiva en la manufactura, en sus cadenas de logística e incluso en el cuidado y asistencia física de sus adultos mayores. Debemos grabar a fuego este principio en nuestra política laboral: la tecnología en el siglo XXI no llega para sustituir al trabajador maduro; llega para ampliar y potenciar sus capacidades humanas.

El doctor Roberto Artavia, académico y líder en desarrollo sostenible, reflexionó profundamente sobre la matemática laboral del país. Argumentó que nuestro modelo económico sigue apostando ingenuamente a la expansión de la planilla, ignorando que la reserva de talento joven se ha secado. Su tesis central es que la única salida viable para Costa Rica es abrazar la tecnología no para desplazar al humano, sino para amplificar la capacidad de una fuerza laboral que inevitablemente envejecerá.

Esta simbiosis entre el trabajador experimentado y la máquina nos lleva a analizar otro de los motores económicos que, históricamente, hemos subutilizado por miopía cultural. Merecíamos la participación femenina. Durante gran parte del siglo XX, las instituciones y empresas eran mundos predominantemente masculinos. Las mujeres enfrentaban (y aún enfrentan) barreras invisibles pero de concreto armado para

acceder a puestos de liderazgo o para mantenerse en el mercado tras la maternidad. Hoy, uno de los mayores motores económicos que han encontrado las sociedades envejecidas para sostener su crecimiento ha sido, precisamente, la incorporación plena y equitativa de las mujeres al mercado laboral.

Europa logró aumentar y sostener su crecimiento económico en medio de su invierno demográfico gracias a una tríada de políticas innegociables: la creación de redes sólidas de cuidado infantil, la garantía jurídica y real de la igualdad salarial, y la implementación de una flexibilidad laboral que entiende que la familia no es un estorbo para la producción, sino su razón de ser. Costa Rica, a pesar de sus innegables avances en derechos civiles, aún posee un espacio significativo y doloroso para aumentar la participación femenina en la economía formal. Lograr que miles de mujeres talentosas puedan trabajar sin sacrificar su bienestar familiar será una pieza clave y no negociable para sostener nuestro crecimiento económico en las próximas décadas.

A la par de la inclusión femenina, las naciones maduras han tenido que abrir otro debate complejo: el de las fronteras. Muchos países europeos comprendieron que sus políticas internas no bastaban y complementaron su fuerza laboral menguante mediante una migración laboral inteligente y ordenada. Costa Rica ha sido, a lo largo de su historia, un crisol de migrantes. Desde los jamaquinos que construyeron el ferrocarril al Atlántico hasta los centroamericanos que hoy recolectan nuestro café y construyen nuestros edificios, la migración es parte de nuestra savia. En una sociedad longeva, la migración no debe verse como un problema de seguridad, sino como una herramienta demográfica que puede rejuvenecer sectores productivos enteros, aportar una invaluable diversidad de habilidades frescas y, crucialmente, ayudar a sostener las bases contributivas de nuestros sistemas previsionales. El reto monumental para nuestros futuros gobernantes consistirá en diseñar políticas de integración social y laboral que sean verdaderamente adecuadas, justas y humanistas.

Sin embargo, todos estos esfuerzos —la tecnología, la inclusión femenina, la migración inteligente— colapsarán como un castillo de naipes si no enfrentamos al enemigo más corrosivo de nuestro pacto social: la informalidad. He visto cómo el Estado a menudo asfixia a los pequeños emprendedores con trámites kafkianos, empujándolos a la sombra. La informalidad laboral es uno de los principales y más letales riesgos para una sociedad longeva.

La ecuación es aterradora. Cuando una parte tan significativa de la población costarricense trabaja fuera del sistema formal, ocurren tres tragedias simultáneas: disminuyen drásticamente las cotizaciones que financian la salud y las pensiones, aumenta de forma exponencial la vulnerabilidad y la pobreza de esas personas cuando lleguen a la vejez, y se debilita hasta el punto de quiebre la sostenibilidad social del país. Cualquier transformación laboral que intentemos debe incluir, como paso número uno, una simplificación regulatoria radical que facilite la vida al ciudadano, la creación de incentivos reales y tangibles para la formalización, y una digitalización empresarial que haga que operar en la legalidad sea más barato y fácil que operar en la sombra.

Para que este mercado laboral formal funcione con una población de mayor edad, la relación entre la salud y el empleo será cada vez más estrecha y dependiente. La filósofa Hannah Arendt, en su obra “La condición humana”, distinguía magistralmente entre la “labor” (el trabajo para la mera supervivencia biológica) y el “trabajo” (la creación de un mundo artificial y duradero). En una sociedad joven, el cuerpo aguanta la labor extenuante. En una sociedad longeva, el enfoque debe estar en el trabajo creador, que no destruye el cuerpo. Los trabajadores longevos de nuestra nación requerirán imperativamente de ambientes laborales saludables, una ergonomía adaptada a cuerpos que han vivido más, un enfoque total en la prevención médica dentro de la empresa, y un sagrado equilibrio entre la vida y el trabajo. La productividad futura de Costa Rica no dependerá de cuántas horas logremos exprimirle a un empleado, sino de nuestra capacidad real para mantener a esos trabajadores saludables y motivados durante muchísimos más años.

Además de adaptar los trabajos existentes, el envejecimiento de nuestra población está gestando oportunidades laborales completamente emergentes. Se están creando nuevos sectores económicos que antes eran marginales. Hablamos de la profesionalización del cuidado domiciliario, el desarrollo de tecnología médica de punta, la explosión del turismo senior adaptado, la expansión de los servicios de bienestar y recreación para la tercera edad, y la inmensa industria de la educación continua. Todo este ecosistema, conocido globalmente como la economía plateada,

tiene el potencial de convertirse en el principal motor económico nacional si tenemos la visión para impulsarlo.

Pero para encender ese motor, debemos librar una batalla cultural contra nuestros propios prejuicios. Durante décadas, impulsadas por un culto ciego a la novedad, muchas de nuestras empresas privilegiaron sistemáticamente la juventud por encima de la experiencia. Ese paradigma tiene que cambiar de inmediato. Afortunadamente, las organizaciones más vanguardistas ya están descubriendo empíricamente que los trabajadores mayores aportan elementos que ninguna maestría puede enseñar en dos años: una profunda estabilidad emocional, un juicio estratégico forjado en crisis pasadas, un liderazgo sereno y una invaluable transferencia de conocimiento hacia las nuevas generaciones. Como bien destacó Masahiko Aoki en sus análisis, la clave del éxito japonés fue reorganizar sus empresas corporativas para integrar armónicamente a distintas generaciones laborales bajo un mismo techo.

Este descarte corporativo tiene un nombre, y es fundamental que empecemos a utilizarlo para visibilizar el problema: edadismo. El edadismo, que no es otra cosa que la discriminación sistemática por razones de edad, es uno de los mayores obstáculos culturales que enfrentamos. Excluir a los trabajadores mayores en los procesos de reclutamiento no solo es una injusticia moral profunda; es económicamente irracional y suicida. El talento de un ser humano no desaparece mágicamente con el paso de los años ni al soplar las velas del sexagésimo cumpleaños. El talento evoluciona. Se vuelve más reflexivo, más analítico y más enfocado en el valor real que en el mero activismo.

La economista y ex Ministra de Comercio Exterior, la doctora Anabel González, expuso que la exclusión de los trabajadores mayores de cincuenta años es el equivalente a un sabotaje económico autoinfligido. Ella delineó cómo las empresas que marginan la experiencia en favor exclusiva de la juventud digitalizada terminan perdiendo memoria institucional, proponiendo la urgencia de rediseñar las jornadas laborales para retener este invaluable capital humano.

Por eso sostengo que el empleo del futuro estará indisolublemente unido a la educación continua, como lo detallamos anteriormente.

Las universidades, el INA y el sector privado deberán ofrecer micro credenciales y capacitación permanente. Solo así el aprendizaje se convertirá en una parte natural de la vida laboral, permitiendo que la experiencia acumulada se actualice con las herramientas del presente.

Cuando logramos esta actualización, ocurre algo mágico en los pasillos de las empresas y en las oficinas del Estado. La coexistencia de múltiples generaciones en un mismo mercado laboral genera una riqueza social incalculable. Los equipos verdaderamente intergeneracionales tienen la capacidad de combinar la disrupción y la innovación audaz de los más jóvenes, con la perspectiva, la experiencia y la gestión de riesgos de los profesionales senior. El gran desafío gerencial de nuestra época será construir culturas organizacionales que sean genuinamente inclusivas, donde un ingeniero de 25 años y una analista de 65 se respeten y se potencien mutuamente.

Al reflexionar sobre todos estos elementos, y al proyectar mi visión hacia la Costa Rica del 2050, el perfil del nuevo trabajador que se dibuja en el horizonte me llena de un profundo optimismo. El trabajador costarricense de mediados de este siglo será, con toda probabilidad, una persona muchísimo más educada que las generaciones que le precedieron. Será tecnológicamente competente de forma nativa, se mantendrá activo en el mercado laboral hasta edades muy avanzadas no por obligación, sino por vocación y deseo, y poseerá una capacidad asombrosa para reinventarse profesionalmente múltiples veces a lo largo de su vida. Llegará el día en que nuestro país dejará de medir el éxito laboral de un ciudadano por la rapidez con la que logró alcanzar la edad de retiro para irse a descansar. En su lugar, el éxito se medirá por la capacidad de esa persona para contribuir sostenidamente durante toda su vida.

La revolución demográfica que atraviesa Costa Rica no viene a eliminar el trabajo ni a condenarnos a la pobreza. Viene a transformarlo en sus raíces más profundas. El reto nacional que tienen por delante las nuevas autoridades ya no será la tarea titánica de crear empleos masivos para millones de jóvenes inexpertos, como ocurrió en el pasado siglo. El desafío de ahora es cualitativo: crear las condiciones legales, culturales

y económicas para que cada persona, sin importar el color de su cabello, pueda seguir aportando valor a la sociedad durante muchísimo más tiempo.

Una sociedad longeva exitosa y próspera no es, bajo ninguna métrica inteligente, aquella donde las personas logran dejar de trabajar antes de tiempo para aislarse en la inactividad. Es aquella nación que construye los puentes para que sus ciudadanos puedan seguir creando, enseñando a los más jóvenes, y construyendo un sentido de propósito durante toda su existencia. Porque en la economía del conocimiento que rige el siglo XXI, la verdadera riqueza de Costa Rica no estará dictada por la cantidad bruta de trabajadores que tengamos en las fábricas. La riqueza nacional estará determinada por la duración, la resiliencia y la inmensa calidad del talento humano que sepamos cultivar, respetar y retener.



Capítulo 6

La Nueva Ecuación

**Cómo Crecer cuando
la Población deja de Crecer.**



El Economista Ricardo Monge advierte que Costa Rica ya no puede crecer sumando manos: debe multiplicar su inteligencia y valor agregado, haciendo de la innovación su única vía de supervivencia.

Cuando analizo los reportes económicos del país o converso con mis antiguos colegas de la administración pública, suelo hacer un ejercicio de memoria que resulta tan revelador como preocupante. Durante gran parte de la historia moderna, y ciertamente durante mis años de mayor actividad profesional y política, el crecimiento económico de Costa Rica estuvo acompañado, casi empujado, por un fenómeno demográfico extraordinariamente simple: más personas significaban, de manera automática, más producción.

En aquellas décadas de ebullición, la labor de los gobiernos y de las empresas privadas parecía tener un motor invisible y perpetuo que garantizaba la expansión. Si la población crecía a tasas aceleradas, el mercado interno dictaba una lógica implacable. Más nacimientos se traducían inexorablemente en más futuros trabajadores disponibles para las fábricas y los campos. Más ciudadanos conformando familias significaban más consumidores demandando bienes, más viviendas que debían ser construidas por el sector inmobiliario y una constante y vigorosa expansión urbana.

En aquel entonces, el crecimiento demográfico impulsaba naturalmente el crecimiento económico del país. Era una marea que levantaba todos los barcos. Como administradores públicos o gerentes de empresas, nuestro principal desafío no era inventar el crecimiento, sino gestionar la abundancia y construir la infraestructura necesaria para que toda esa nueva gente pudiera transitar, educarse y trabajar.

Sin embargo, a través de las profundas discusiones que he sostenido, he llegado a comprender que en una sociedad longeva esa lógica expansiva desaparece por completo. El país se encuentra frente a un muro estadístico que no cederá ante discursos políticos ni intenciones optimistas. Cuando la población de una nación deja de crecer, o peor aún, cuando comienza a reducirse sostenidamente debido a la caída de la natalidad, el desarrollo económico pierde su motor tradicional y debe reinventarse desde sus cimientos. Y es precisamente en ese delicado momento histórico en el que Costa Rica está entrando hoy.

Para dimensionar este reto, suelo reflexionar sobre las ideas de la máster Shirley Saborío, analista económica y ex directora empresarial, cuyas intervenciones públicas siempre arrojan una luz de pragmatismo sobre nuestros debates nacionales. Ella ha explicado de manera contundente que la transición hacia una economía madura y demográficamente estancada nos obliga a abandonar la competencia por volumen para abrazar, de una vez por todas, la competencia por valor. Sus argumentos me confirman que las economías envejecidas se enfrentan a una transformación fundamental en sus reglas de operación: si antes el crecimiento dependía intrínsecamente del número absoluto de personas en el país, de ahora en adelante dependerá, de manera exclusiva, de la productividad individual de cada persona.

Estamos presenciando el fin de una era y el nacimiento de otra, lo cual exige un cambio profundo en la estrategia del Estado. La fórmula que aprendimos en las facultades de economía en el siglo XX establecía que el crecimiento era el resultado de sumar población, más capital, más trabajo. Esa fue la ecuación que construyó la Costa Rica moderna. Pero la ecuación del siglo XXI es radicalmente distinta y mucho más exigente.

Hoy, el crecimiento económico de nuestro país es el resultado de sumar innovación, más tecnología, más talento. Si no internalizamos este cambio de variables en cada ministerio, en cada cámara empresarial y en cada aula universitaria, estaremos condenando al país a un estancamiento prolongado y doloroso.

Para entender cómo se opera bajo esta nueva ecuación, nuestra mirada debe dirigirse inevitablemente hacia aquellos que cruzaron este puente hace décadas. Japón es el caso de estudio definitivo. Esa nación asiática vivió décadas enteras con un crecimiento poblacional prácticamente nulo. Recuerdo cómo, en los foros económicos internacionales, muchos analistas occidentales pronosticaban con absoluta seguridad un estancamiento económico permanente para los japoneses, asumiendo que sin jóvenes su economía se marchitaría.

Pero Japón desafió los pronósticos pesimistas. A pesar de su invierno demográfico, logró mantener su liderazgo tecnológico indiscutible, preservó una industria sumamente avanzada, sostuvo altos niveles de bienestar para su población y mantuvo una productividad industrial envidiable. ¿Cómo lograron crecer sin crecer demográficamente?. Lo hicieron mediante tres decisiones estratégicas monumentales que Costa Rica debería estar estudiando día y noche.

Primero, implementaron una automatización intensiva en absolutamente todos sus procesos productivos y de servicios. Segundo, adoptaron la innovación tecnológica como una constante y no como una moda pasajera. Y tercero, sostuvieron una inversión económica inmensa en la formación y retención de su capital humano. Japón nos demuestra empíricamente que una economía puede prosperar y mantenerse a la vanguardia mundial incluso cuando su población total disminuye.

Si volamos hacia el continente europeo, encontramos que naciones como Alemania, los Países Bajos y los países nórdicos se enfrentaron a desafíos demográficos y económicos muy similares. La respuesta de Europa a la consolidación de su economía madura fue construir ecosistemas basados profundamente en el conocimiento, la innovación, el altísimo valor agregado y el diseño de exportaciones extremadamente sofisticadas. Estas

economías de primer mundo comprendieron algo esencial que nosotros apenas empezamos a debatir: una sociedad envejecida simplemente no puede competir en el mercado global por cantidad o por mano de obra barata; tiene que competir ferozmente por calidad.

Y es aquí donde el análisis se vuelve doloroso para nuestra realidad nacional. Costa Rica, a pesar de sus innegables avances en atracción de inversión extranjera y servicios tecnológicos, aún conserva rasgos muy profundos de un modelo económico del pasado, un modelo que sigue siendo peligrosamente dependiente del crecimiento poblacional. Seguimos padeciendo de una expansión urbana horizontal y dispersa que encarece los servicios, mantenemos sectores tradicionales con una bajísima productividad, toleramos una informalidad laboral que corroe las bases del Estado y seguimos dependiendo, en muchas regiones, de actividades intensivas en mano de obra no calificada.

El envejecimiento de nuestra población nos obliga a cambiar esa estructura obsoleta sin demoras. El país debe transitar, de manera forzosa y acelerada, hacia una economía de alto valor. Y en este tránsito, el concepto de productividad deja de ser un término académico para convertirse en el nuevo motor nacional de supervivencia económica.

La productividad se convierte en el factor decisivo para el siglo XXI. Pero debemos entender bien a qué nos referimos. En una sociedad longeva, productividad significa tener la capacidad de producir mucho más valor económico, bienes y servicios, utilizando cada vez menos recursos humanos. Lograr esta proeza intelectual y organizativa requiere de transformaciones que van más allá de comprar mejores computadoras. Requiere una digitalización total y genuina del parque empresarial, una innovación tecnológica constante, un sistema de educación verdaderamente avanzado que no caduque, una infraestructura pública que sea eficiente y una gestión del Estado que sea irreprochablemente moderna. Como he leído en los textos clásicos de Peter Drucker, él anticipó hace décadas que el trabajador del conocimiento sería el centro gravitacional de la economía futura, y hoy esa predicción es la realidad ineludible de Costa Rica.

Para que este salto hacia la productividad no sea una utopía, las sociedades longevas exitosas que he estudiado tratan la innovación como una política de Estado sagrada e innegociable, no como un proyecto aislado de un gobierno de cuatro años o como un departamento menor en un ministerio. Naciones como Japón, Finlandia y Estonia, que han navegado la crisis demográfica con éxito, integraron la cultura de la innovación en cada fibra de su sociedad: en sus planes de educación desde la infancia, en los incentivos a su industria, en la estructuración de un gobierno verdaderamente digital y en el financiamiento masivo a la investigación científica.

Reconozco, con el orgullo de quien ama profundamente a su país, que Costa Rica posee ventajas reales y tangibles para emprender esta transformación. Tenemos un talento humano reconocido internacionalmente, contamos con una estabilidad institucional histórica y hemos logrado una excelente inserción en los mercados internacionales. Pero nuestro ritmo es insuficiente. Necesitamos acelerar drásticamente nuestros ecosistemas de innovación si queremos compensar la falta de fuerza laboral joven en las próximas décadas.

Esta urgencia me remite a los lúcidos planteamientos del doctor Víctor Umaña, especialista en comercio internacional y competitividad. En sus reflexiones, él ha argumentado que el temor a la sustitución tecnológica es un lujo de sociedades jóvenes. En el contexto de nuestro envejecimiento, él expone que la automatización no es el verdugo del empleo costarricense, sino la herramienta de supervivencia definitiva que nos permitirá mantener nuestras fábricas operando y nuestras exportaciones fluyendo cuando los trabajadores comiencen a jubilarse en masa.

Es fundamental que la clase política y empresarial comprenda que la automatización no es opcional en las sociedades envejecidas. Es un mandato de la realidad. Cuando disminuye inexorablemente la fuerza laboral disponible, la tecnología es el único factor que puede compensar esa grave escasez. En lugar de temer a los robots o a los algoritmos, debemos introducirlos urgentemente en nuestros sectores estratégicos. Costa Rica necesita implementar la manufactura avanzada en sus zonas

francas, desarrollar una logística inteligente que desatasque nuestros puertos y carreteras, impulsar una agricultura de precisión que dignifique el trabajo en el campo, expandir los servicios digitales exportables y abrazar la inteligencia artificial aplicada a la solución de nuestros problemas cotidianos. La automatización, en este contexto demográfico, no elimina el empleo a nivel macroeconómico; lo que hace es transformar de raíz el nivel de las habilidades requeridas, elevando al ciudadano a tareas de mayor valor intelectual y menor desgaste físico.

La transición no será sencilla, y requerirá de un liderazgo que esté dispuesto a tomar decisiones que no rendirán frutos en el próximo ciclo electoral, sino en la próxima generación. Pero si logramos entender que la disminución de nuestra población no es una condena a la pobreza, sino la presión evolutiva que necesitamos para finalmente convertirnos en una economía del conocimiento, el futuro de Costa Rica estará asegurado.

Precisamente por ello, este salto tecnológico que exige nuestra nueva demografía nos abre la puerta a un universo comercial inexplorado y fascinante. Cuando logramos entender que la población adulta mayor no es un pasivo financiero, sino el grupo de consumidores de más rápido crecimiento en el mundo, nuestra visión del desarrollo económico cambia drásticamente. Estamos frente al nacimiento de la economía plateada, un sector que no se basa en la caridad ni en la asistencia pública, sino en la creación genuina de valor, servicios y productos diseñados específicamente para una sociedad que vive más años.

Rara vez presencié, en mis años de experiencia, la apertura de un mercado con tanto potencial de crecimiento garantizado. La economía plateada abarca dimensiones colosales. Para Costa Rica, esto no es simplemente una tendencia global que debemos observar desde la barrera; es, sin exagerar, nuestra próxima gran frontera de desarrollo nacional.

Nuestro país ya posee una reputación mundial inigualable asociada a la naturaleza, la paz y el “pura vida”. Contamos con un clúster de dispositivos médicos de clase mundial operando en nuestras zonas francas. Si conectamos estas ventajas competitivas con el envejecimiento

global, Costa Rica tiene todo el arsenal necesario para convertirse en el epicentro hemisférico de la longevidad activa y productiva. Imagino a emprendedores costarricenses diseñando software de monitoreo de salud para exportación, a nuestros desarrolladores inmobiliarios creando comunidades integrales en nuestras costas y montañas donde el diseño universal sea la norma, y a nuestro sector turístico liderando el mercado global de retiros de bienestar preventivo para personas de la tercera edad. Las oportunidades de negocio son infinitas si decidimos liderar en lugar de reaccionar.

La verdadera medida de nuestra riqueza futura no radicará en el volumen bruto de nuestra producción, sino en nuestra capacidad sistemática de expandir las libertades y destrezas de cada ciudadano durante toda su existencia. La inversión más rentable que puede hacer un Estado moderno en una sociedad longeva es el capital humano, porque un trabajador saludable y constantemente capacitado es el único activo económico que se aprecia, en lugar de depreciarse, con el paso del tiempo.

Para capitalizar esta oportunidad y hacer que la economía plateada florezca, necesitamos un reenfoque agresivo en nuestra visión de la infraestructura pública. Durante el siglo XX, el desarrollo se medía por la expansión: cuántos kilómetros nuevos de carretera podíamos abrir hacia zonas remotas. El desarrollo económico en nuestra era madura, en cambio, depende casi exclusivamente de la eficiencia urbana y logística.

Cuando la fuerza laboral nacional se reduce, el tiempo de cada trabajador se vuelve exponencialmente más valioso. Un país envejecido simplemente no puede darse el lujo de tener a su talento humano atrapado durante dos horas diarias en un congestionamiento vial, o a sus mercancías paralizadas por procesos aduaneros arcaicos. Cada minuto perdido en la burocracia o en el tráfico es un golpe directo a la productividad que ya no podemos compensar contratando a más personal barato. Por lo tanto, nuestra agenda nacional debe volcarse hacia la construcción de transporte inteligente, conectividad digital total y absoluta en todo el territorio, logística portuaria de primer mundo, independencia mediante energía sostenible y el rediseño de ciudades compactas que minimicen los

tiempos de traslado.

Este nivel de eficiencia exige una transformación brutal del aparato estatal. A lo largo de mi paso por el gobierno, luché innumerables batallas contra el monstruo de la tramitología. Hoy, esa lucha es de vida o muerte para nuestra economía. Las economías más dinámicas del mundo nos enseñan que el mercado privado no puede prosperar si está anclado a un Estado análogo y pesado. Un Estado verdaderamente moderno, diseñado para facilitar el éxito de una sociedad longeva, tiene el deber inexcusable de simplificar drásticamente sus trámites, digitalizar el cien por ciento de sus servicios de cara al ciudadano, promover una competencia feroz y justa, y facilitar el emprendimiento eliminando las barreras de entrada. El crecimiento que necesitamos dependerá en partes iguales del empuje del sector privado y de la calidad y agilidad de nuestras instituciones públicas.

Al hablar de emprendimiento, debemos derribar urgentemente uno de los mitos más dañinos de la cultura empresarial contemporánea: la falsa creencia de que la innovación es un monopolio exclusivo de la juventud en zapatillas deportivas. La evidencia y la estadística global nos están demostrando exactamente lo contrario. Uno de los fenómenos emergentes más potentes para la creación de riqueza es el emprendimiento senior.

Pensemos con lógica comercial: una persona mayor de cincuenta o sesenta años que decide fundar una empresa posee ventajas estructurales formidables frente a un joven de veinte. Posee décadas de experiencia real sobre cómo funciona (y cómo falla) su industria, cuenta con redes profesionales y de contactos profundamente consolidadas, y tiene un conocimiento sectorial especializado que no se enseña en ninguna maestría. Además, suele tener mayor inteligencia emocional para liderar equipos y enfrentar las crisis inevitables de cualquier negocio. Promover y financiar activamente a estos emprendedores mayores debe ser una política central de nuestra banca de desarrollo. La longevidad amplía nuestro ciclo creativo; no lo apaga.

Esta nueva visión económica requiere, por encima de todo, un cambio en nuestra cultura colectiva y en nuestra relación con el tiempo. Las sociedades longevas exitosas se caracterizan por desarrollar una mentalidad distinta: están mucho menos obsesionadas con el rendimiento a corto plazo y mucho más enfocadas en la estabilidad, la resiliencia y la sostenibilidad a largo plazo. Costa Rica debe abandonar la improvisación del ciclo electoral de cuatro años y comenzar a tomar decisiones de inversión e infraestructura pensando en las próximas cuatro décadas.

Esa visión de largo plazo solo es sostenible si logramos proteger nuestro activo más intangible pero más poderoso: la confianza social. Las economías maduras dependen visceralmente de la confianza en sus instituciones, en su sistema de justicia y entre sus propios ciudadanos. Es la confianza lo que permite la inversión arriesgada, fomenta la cooperación empresarial, detona la innovación tecnológica y mantiene la paz en las calles. La cohesión social de Costa Rica no es simplemente un rasgo cultural bonito para atraer turistas; es un activo económico de primer nivel que debemos defender a toda costa contra la polarización y la desigualdad.

El país se enfrenta a una bifurcación histórica ineludible, con dos caminos claramente marcados. El primer escenario es el de la adaptación estratégica, donde Costa Rica abraza esta nueva ecuación y logra construir una economía de alta productividad, innovación constante, exportación de conocimiento y un bienestar equitativo y sostenible. El segundo escenario es el de la inercia estructural, donde nos negamos a cambiar y nos precipitamos hacia un bajo crecimiento crónico, una presión fiscal asfixiante y una pérdida irreversible de nuestra competitividad internacional.

La distancia entre el éxito y el fracaso no dependerá de factores externos ni de la suerte. La diferencia dependerá única y exclusivamente de las acciones valientes y las decisiones que tomemos durante esta misma década.

El envejecimiento de nuestra población no decreta el fin del crecimiento económico costarricense; lo que decreta es el fin del crecimiento fácil y automático al que nos acostumbramos. El desarrollo económico del


mañana no será un premio por ser más numerosos, sino la recompensa por ser más audaces, más innovadores y profundamente más productivos. Tenemos en nuestras manos la oportunidad extraordinaria de demostrar que una Costa Rica longeva puede ser una nación vibrante y próspera. Porque en la nueva economía del siglo XXI, la verdadera riqueza de nuestra patria no estará en los números de nuestro censo, sino en la inteligencia, la voluntad y el talento colectivo con los que decidamos construir nuestro futuro.



Capítulo 7

El Eco en la Habitación Vacía

**La Dimensión Humana
del Envejecimiento.**



La antropóloga social María Eugenia Boza plantea que no basta planificar el envejecimiento con cifras: de poco sirven hospitales y pensiones si aislamos a los adultos mayores; la crisis real es la pérdida de pertenencia.

He pasado incontables horas revisando presupuestos, analizando proyecciones de crecimiento y debatiendo sobre déficits fiscales. En los capítulos anteriores de este libro, he apelado a la economía, a la estadística y a la ingeniería institucional para explicar la magnitud de la revolución demográfica. Creemos que todo se resuelve ajustando la tuerca correcta en la maquinaria del Estado. Sin embargo, conforme me adentro en el otoño de mi propia existencia y escucho las historias más íntimas que comparten los invitados en mi programa, he experimentado una epifanía que me obliga a dar un golpe de timón a esta narrativa.

El desafío más profundo, desgarrador y urgente del envejecimiento poblacional no es de naturaleza financiera. No se encuentra en las bóvedas del Banco Central ni en los algoritmos de la Caja Costarricense de Seguro Social. El verdadero reto es humano, es íntimo y es espiritual.

Cuando hablamos de sociedades longevas, nos deslumbramos con la promesa de sumar más años al calendario. Pero rara vez nos detenemos a pensar en la textura emocional de ese tiempo extendido. Más años de vida significan, de manera ineludible, más años de adaptación constante, más despedidas, más duelos, pérdidas de roles que creíamos eternos y una búsqueda de propósito que a menudo se vuelve desesperada. El verdadero y más aterrador riesgo de nuestra revolución demográfica no consiste simplemente en vivir más tiempo; el abismo real es llegar a vivir muchísimos más años sintiéndose profunda y absolutamente solo.

En la Costa Rica de antaño, aquella que caminó descalza y que luego se calzó para construir escuelas, el tejido social poseía una elasticidad y una calidez que funcionaban como un escudo protector. La familia extensa era la norma, no la excepción. Abuelos, hijos, tíos y nietos orbitaban alrededor de un mismo núcleo, compartiendo no solo el pan, sino el cuidado cotidiano, las historias, la memoria y el peso de los días. Ese modelo cultural, tan enraizado en nuestro imaginario del “pura vida”, garantizaba que el adulto mayor mantuviera un rol de autoridad moral y de consulta constante. El abuelo era la raíz profunda que sostenía el árbol familiar frente a los vientos de la modernidad.

Sin embargo, ese bosque humano está cambiando a una velocidad vertiginosa. Las raíces se están aislando. Hoy nos enfrentamos a realidades demográficas que han fracturado esa dinámica: las familias deciden tener menos hijos, la migración interna y la movilidad laboral dispersan a los hermanos por distintas geografías, y presenciamos un aumento vertiginoso de los hogares unipersonales. La mujer, que históricamente y de manera injusta cargó con el peso exclusivo del cuidado no remunerado, se ha incorporado plenamente (y con todo derecho) al mercado laboral. Como resultado, el soporte familiar tradicional, esa red invisible que nos sostenía, comienza a debilitarse de manera acelerada.

Esta mutación nos sitúa frente a una epidemia silenciosa: la soledad. Si observamos a las naciones industrializadas que nos llevan ventaja en esta transición, encontraremos advertencias escalofrantes. En Asia, han tenido que inventar palabras para describir fenómenos que escapan a nuestra comprensión tradicional, como el kodokushi, un término que

designa a las personas que fallecen en la más absoluta soledad de sus apartamentos, sin que nadie en la inmensa y bulliciosa ciudad note su ausencia durante semanas o meses. Europa, por su parte, reporta niveles alarmantes de aislamiento social, depresión severa en sus ciudadanos mayores y una ruptura casi total de las redes comunitarias tradicionales. La modernidad nos ha entregado una paradoja cruel: hemos construido las sociedades tecnológicamente más hiperconectadas de la historia humana, pero emocionalmente somos las más aisladas.

El psicólogo y ensayista Carl Jung, uno de los exploradores más audaces de la psique humana, afirmaba:

Lo que en la juventud era grande y lleno de significado, en la vejez se vuelve pequeño; y lo que en la mañana era verdad, en la tarde se convierte en una mentira.

No podemos vivir el atardecer de la vida con el mismo programa que utilizamos en la mañana.

Nuestra sociedad insiste en obligar a los mayores a vivir bajo las reglas de la mañana, negándoles el espacio para descubrir el profundo significado de su propio atardecer.

Esta incapacidad de reescribir el “programa” de nuestra vida se manifiesta con una violencia psicológica inusitada en el momento de la jubilación. Durante el siglo XX, cometimos el grave error filosófico de atar nuestra identidad personal de manera exclusiva a nuestra función económica. Uno “era” lo que producía. En mi caso, yo “era” el funcionario, el directivo, el ministro. Al llegar el retiro, ese andamiaje identitario colapsa de la noche a la mañana.

Para muchísimas personas, la jubilación no es un premio liberador, sino el inicio de un duelo profundo. Experimentan una pérdida brutal de su rol social, una caída libre en su autoestima y una sensación

paralizante de inutilidad. Dejan de ser el capitán del barco para convertirse en un pasajero sin destino. Una sociedad verdaderamente longeva tiene la obligación de redefinir el retiro; este no puede seguir siendo concebido como el final del camino o como una sala de espera hacia la muerte, sino que debe diseñarse como una transición fluida hacia nuevas formas de participación ciudadana y de contribución comunitaria.

Para lograr esta transición, los sistemas estatales deben evolucionar. Durante décadas, nuestros sistemas sanitarios priorizaron de manera obsesiva las enfermedades del cuerpo físico, ignorando las enfermedades del alma. El siglo XXI nos obliga a ampliar nuestra definición de lo que significa estar sano. La Organización Mundial de la Salud ha sido enfática al plantear que el bienestar humano es un trípode que requiere salud física, salud mental y una genuina integración social. Si falla una de estas patas, el ser humano se derrumba. En la Costa Rica longeva, la salud mental y la prevención del aislamiento ya no pueden ser vistos como servicios médicos complementarios o lujos de primer mundo; deben erigirse como el pilar central y transversal del bienestar nacional.

¿Pero cómo se inyecta sentido de pertenencia en una sociedad fragmentada?

La respuesta no está en la farmacología, está en el propósito. Mientras estudiaba modelos internacionales de desarrollo gerontológico, me topé con investigaciones realizadas en las zonas azules del mundo, particularmente en Okinawa, Japón, una región célebre por su extraordinaria longevidad. Allí descubrieron que el secreto de sus habitantes no residía únicamente en su dieta o en su genética, sino en un concepto cultural profundamente arraigado llamado Ikigai.

El Ikigai se traduce, de manera muy simple pero demoledora, como “tener un motivo para levantarse de la cama cada mañana”. Los estudios científicos respaldan esta filosofía milenaria de forma abrumadora: las personas que mantienen un propósito vital claro, sin importar su edad, viven significativamente más años, presentan un menor deterioro cognitivo y mantienen una salud emocional infinitamente superior a la

de aquellos que se entregan a la apatía. La lección es monumental: la longevidad de una nación no depende únicamente del presupuesto de sus hospitales, depende de su capacidad para generar sentido de vida.

Esta idea resuena profundamente con los postulados del psiquiatra austriaco Viktor Frankl, sobreviviente del Holocausto y autor de “El hombre en busca de sentido”.

Frankl descubrió, en las condiciones más extremas de sufrimiento humano imaginable, que la principal fuerza motivadora del hombre no es la búsqueda del placer o del poder, sino la voluntad de encontrar un significado a su propia vida.

Cuando a un adulto mayor en Costa Rica se le arrebatara la oportunidad de ser útil, cuando la sociedad lo invisibiliza, se le está arrebatando su “voluntad de sentido”. Y sin sentido, como demostró Frankl, el espíritu claudica mucho antes que el cuerpo.

La prevención del deterioro cognitivo, que tanto asusta a nuestras familias ante el aumento de las demencias asociadas a la edad, encuentra aquí su mejor antídoto. La ciencia neurológica nos demuestra que la pérdida de memoria y el deterioro mental pueden retrasarse sustancialmente no solo con crucigramas o dietas, sino mediante la actividad física rigurosa, el aprendizaje intelectual continuo y, fundamentalmente, la interacción social constante. La soledad atrofia el cerebro. Por ello, la educación permanente y la creación de espacios de socialización se convierten, en la práctica, en la política sanitaria más efectiva y económica que el Estado puede implementar.

Pero no podemos exigirle al individuo que se integre socialmente si el entorno que lo rodea es hostil. El diseño de nuestros espacios influye directamente en nuestra salud mental. El urbanismo no es una ciencia exacta de cemento y asfalto; es la escenografía donde se desarrolla el drama humano. Una ciudad diseñada exclusivamente para la velocidad del automóvil y el consumo rápido es una ciudad emocionalmente estéril, que aísla y segrega a quienes caminan a otro ritmo. Las sociedades longevas requieren con urgencia lo que los urbanistas modernos llaman “ciudades emocionales”.

Para combatir la soledad urbana, necesitamos recuperar los espacios públicos haciéndolos universalmente accesibles, rediseñar parques para que sean activos y no meros jardines de contemplación, garantizar un transporte verdaderamente amigable y construir barrios que se puedan caminar con seguridad, propiciando los encuentros comunitarios espontáneos que nutren el alma. La forma en que trazamos una acera o iluminamos una plaza se convierte, en este nuevo siglo, en una herramienta de salud mental preventiva.

El filósofo romano Cicerón, en su célebre tratado “De Senectute” (Sobre la vejez), argumentaba hace más de dos mil años que las armas de la vejez son las artes y la práctica de las virtudes. Cicerón defendía que los ancianos no debían retirarse de los asuntos públicos, pues, aunque carecieran de la fuerza física de la juventud, poseían la sabiduría, el consejo y la autoridad moral que sostienen a las repúblicas. El verdadero deterioro, sostenía, no viene de los años, sino del abandono de la participación cívica.

Siguiendo la sabiduría de Cicerón, el Estado costarricense tiene que facilitar y premiar la participación social de sus mayores. La evidencia europea es contundente al demostrar que aquellos adultos mayores que se mantienen activos a través del voluntariado, la dirección de asociaciones comunales, la participación en actividades culturales y la educación continua, presentan indicadores de salud física y emocional abrumadoramente superiores a los de sus pares inactivos. El envejecimiento verdaderamente saludable es, por definición, un acto socialmente participativo. Quedarse en casa frente a un televisor no es descansar; es acelerar el deterioro.

Y en este esfuerzo por reconectar, debemos advertir sobre una trampa de la modernidad: el espejismo de la conexión digital. La revolución tecnológica nos ofrece herramientas maravillosas, pero también esconde riesgos de exclusión profundos. Muchos adultos mayores se enfrentan hoy a una brecha digital que los aleja de sus familias, les dificulta el acceso a servicios esenciales y les arrebató la interacción presencial. Esa exclusión tecnológica se transforma rápidamente en un vacío emocional. La alfabetización digital no debe buscar simplemente que el abuelo sepa usar una aplicación bancaria; debe ser el puente para que no se quede fuera de la conversación social de su época.

Finalmente, esta dimensión humana del envejecimiento nos exige elevar la mirada hacia la trascendencia. Diversos estudios antropológicos y sociológicos muestran que las sociedades maduras tienden a redescubrir dimensiones que el frenesí de la juventud suele ignorar. Las prácticas reflexivas, el sentido de comunidad profunda y la espiritualidad —entendida no necesariamente como dogma religioso, sino como una conexión con algo más grande que uno mismo— juegan un rol protector inmenso. Estas prácticas reducen drásticamente la ansiedad ante la muerte, fortalecen la resiliencia frente a la pérdida de capacidades físicas y aumentan de forma medible la satisfacción vital.

El envejecimiento, lejos de ser el ocaso triste que nos han vendido, es una invitación majestuosa a redefinir el éxito de Costa Rica. Nuestro desarrollo ya no puede seguir midiéndose únicamente por el crecimiento de nuestra economía material o el volumen de nuestras exportaciones; tiene que medirse por la calidad humana de nuestra convivencia y por nuestra capacidad de tejer relaciones profundas. La salud mental y la cohesión social no son temas blandos o románticos; tienen un impacto económico directo y brutal en la productividad y en el gasto sanitario de la nación. Una sociedad emocionalmente sana, como bien argumentan los grandes economistas contemporáneos, es el único cimiento sobre el cual se puede construir una economía verdaderamente fuerte y sostenible.

Al cerrar los ojos e imaginar la Costa Rica de las próximas décadas, no ruego por rascacielos más altos ni por carreteras más anchas. Mi esperanza, forjada en la experiencia de vida, es que logremos ser una nación que no deje a nadie atrás en la oscuridad del olvido. El mayor desafío que enfrentaremos no será encontrar el dinero para pagar las pensiones, sino encontrar la voluntad para abrazar, escuchar y valorar a cada generación, recordando que vivir muchos años solo tiene sentido si esos años están iluminados por el propósito y el calor de la comunidad.

Esa voluntad para abrazar a cada generación no surge de manera espontánea en las sociedades modernas; requiere una arquitectura social deliberada y valiente. Durante mi paso por la función pública, aprendí que los grandes problemas del país no se resuelven únicamente redactando leyes en los despachos de Cuesta de Moras, sino transformando la forma

en que convivimos en el espacio cotidiano. Hemos cometido el gravísimo error de estructurar una sociedad que segrega a sus ciudadanos por su fecha de nacimiento. Agrupamos a los niños en las escuelas, a los jóvenes en las universidades, a los adultos en las fábricas u oficinas, y, trágicamente, hemos comenzado a aislar a nuestros adultos mayores en residencias exclusivas para ellos o en el confinamiento silencioso de sus hogares.

Esta segregación etaria es antinatural y profundamente tóxica para la salud mental de la nación. Al separar a las generaciones, cortamos el flujo de transmisión cultural y emocional que ha sostenido a la humanidad desde sus orígenes. Para curar esta herida, la política pública del futuro debe enfocarse con determinación en la creación de comunidades verdaderamente intergeneracionales.

En lugar de construir asilos alejados del bullicio urbano, debemos imaginar y diseñar complejos habitacionales y comunitarios donde residencias de adultos mayores coexistan puerta de por medio con recintos universitarios o complejos para familias jóvenes. Existen modelos extraordinarios a nivel global donde estudiantes universitarios reciben alojamiento a costos accesibles a cambio de brindar unas horas de compañía, lectura o asistencia tecnológica a sus vecinos de la tercera edad. Los resultados de estas interacciones son humanamente deslumbrantes: se registra una caída drástica en los índices de depresión de los mayores, mientras que los jóvenes reportan niveles mucho más bajos de ansiedad académica, encontrando en la figura del adulto un ancla emocional. El envejecimiento, bajo esta óptica, no debe ser jamás una fuerza que separe a las generaciones, sino el imán que las acerque y las complemente.

El arquitecto y planificador urbano costarricense, Tomás Martínez, ha reflexionado profundamente sobre cómo el cemento dicta nuestras relaciones. En uno de sus ensayos, argumentó que la segregación espacial es el primer paso hacia la segregación emocional. Si diseñamos barrios donde las personas mayores no tienen un banco a la sombra para sentarse a ver jugar a los niños, o aceras por donde puedan caminar sin el terror a ser atropellados, estamos diseñando, literalmente, prisiones a cielo abierto. La infraestructura urbana debe dejar de rendirle culto a la prisa y comenzar a construir santuarios para el encuentro humano.

Para comprender la urgencia psicológica de este encuentro humano, resulta inmensamente útil recurrir a la sabiduría de Erik Erikson, uno de los psicoanalistas más importantes del siglo XX. Erikson desarrolló la teoría del desarrollo psicosocial, postulando que el ser humano atraviesa diversas crisis a lo largo de su vida. Para la etapa de la madurez, él identificó un conflicto fundamental: la “Generatividad versus el Estancamiento”. La generatividad es la profunda necesidad humana de guiar, nutrir y dejar un legado a la siguiente generación. Cuando a un adulto mayor se le arrebatara la oportunidad de ser generativo —cuando se le dice que sus consejos ya no importan, que su experiencia es obsoleta y que su único deber es apartarse para no estorbar—, esa persona cae en un estancamiento corrosivo que marchita el alma mucho más rápido que cualquier enfermedad biológica.

Por lo tanto, la cohesión social de Costa Rica depende de que garanticemos espacios para esta generatividad. No es un acto de caridad hacia los “viejitos”; es una necesidad de supervivencia mutua. Y aquí es vital que giremos nuestra atención hacia el otro extremo del espectro demográfico: las nuevas generaciones. A menudo, el debate sobre el envejecimiento se centra exclusivamente en los adultos mayores, ignorando la inmensa presión que este fenómeno ejerce sobre la juventud.

Las nuevas generaciones de costarricenses se enfrentan a un panorama que mi generación no tuvo que sortear con tal crudeza. Ellos heredarán una responsabilidad fiscal monumental para sostener los sistemas de pensiones y salud, se enfrentarán a un mercado laboral de competencia feroz y tendrán que navegar cambios drásticos en la estructura de sus propias familias. Si no gestionamos esta transición con empatía, el riesgo de una fractura social es inminente. El verdadero reto del liderazgo político y cívico de esta década no es proteger a los adultos mayores a expensas de los jóvenes, ni sacrificar a los mayores para aliviar a la juventud; el objetivo supremo es proteger el equilibrio social. La cohesión social de nuestra nación dependerá absoluta y exclusivamente de nuestra capacidad para evitar los conflictos y los resentimientos generacionales.

Este equilibrio nos exige redefinir nuestra relación con el recurso más democrático que existe, pero que experimentamos de forma tan distinta: el tiempo. Una sociedad longeva redefine por completo la textura del

tiempo. Para un joven, inmerso en la inmediatez de las redes sociales y la ansiedad de construir su carrera, el tiempo es un recurso escaso que se evapora. Para un adulto mayor, el tiempo cambia de densidad; deja de ser una carrera de velocidad para convertirse en un lienzo extenso. La vida ya no se divide en esas tres etapas rígidas y asfixiantes del pasado, sino que se vuelve un proceso continuo, un río donde el aprendizaje, el trabajo, el descanso y la participación comunitaria fluyen de manera simultánea. La longevidad nos ofrece un milagro que pocas generaciones en la historia de la humanidad tuvieron el privilegio de contemplar: la inmensa oportunidad y el tiempo suficiente para crecer verdaderamente como seres humanos, para corregir nuestros errores, para pedir perdón y para destilar nuestra sabiduría.

La doctora Monserrat Sagot, pionera en la investigación sociológica en el país, ha señalado repetidamente una verdad incómoda: el sistema de bienestar costarricense operó durante décadas subsidiado por el trabajo invisible y no remunerado de las mujeres en los hogares. Al cambiar la estructura de la familia y al integrarse la mujer al desarrollo profesional, ese “colchón” de cuidado se ha evaporado. Sagot nos advierte que pretender que las familias asuman solas el peso de la longevidad, sin una red de apoyo estatal y comunitaria robusta, es una receta para el agotamiento físico y la precarización económica, especialmente de la población femenina.

Para tejer esta nueva red de apoyo que sustituya al modelo agotado del pasado, Costa Rica no tiene que importar recetas ajenas, sino mirar hacia adentro, hacia su propio ADN cultural. El sociólogo estadounidense Robert Putnam, en su célebre obra “Bowling Alone” (Jugando a los bolos solo), advirtió sobre el colapso del capital social en las sociedades modernas, señalando cómo la desaparición de las asociaciones vecinales, los clubes de lectura y las ligas deportivas locales estaba destruyendo la democracia desde sus bases cívicas. Putnam demostró que las personas integradas en comunidades densas y participativas son más saludables, más ricas y mucho más felices.

Afortunadamente, Costa Rica posee ventajas únicas que actúan como un cortafuegos natural frente al aislamiento descrito por Putnam. A pesar de los embates de la globalización, aún conservamos una fuerte identidad

comunitaria, mantenemos una conexión accesible y sanadora con la naturaleza, poseemos una tradición histórica de solidaridad innegable y gozamos de una cultura intrínseca del encuentro social, donde el diálogo en la acera o el saludo en el mercado siguen siendo parte de nuestro ritual diario. Estas características, que a veces damos por sentadas o consideramos pueblerinas, son en realidad nuestra mayor riqueza estratégica. Pueden y deben convertirse en nuestra protección natural frente a la epidemia del aislamiento social.

Si logramos articular estas virtudes con políticas públicas audaces, nuestro país no solo sorteará la crisis demográfica, sino que tiene el potencial real de aspirar a convertirse en el modelo latinoamericano indiscutible de bienestar emocional en sociedades longevas.

Todo esto nos conduce, de manera inexorable, a la firma de un pacto inédito. La revolución demográfica nos obliga a redactar y suscribir un nuevo contrato social emocional. Durante mi vida, los contratos sociales se debatían en términos de salarios mínimos, aguinaldos, jornadas de ocho horas y coberturas de seguros. Esos elementos materiales siguen siendo vitales, por supuesto, pero hoy resultan dramáticamente insuficientes. El Estado y la sociedad civil del siglo XXI deben garantizar no solo los ingresos básicos y la atención clínica del cuerpo físico, sino que deben incorporar a la agenda pública derechos que antes pertenecían exclusivamente a la esfera privada.

Este nuevo contrato debe garantizar el derecho a la compañía, el derecho inalienable a la dignidad en la vulnerabilidad, el derecho a la participación cívica sin importar la edad y el derecho a encontrar y ejercer un propósito vital hasta el último de nuestros días. El éxito de nuestra nación en las próximas décadas ya no dependerá de los fríos indicadores de las calificadoras de riesgo, ni del volumen de nuestras reservas internacionales. Dependerá, en su esencia más profunda, del bienestar humano real y palpable de su gente.

Al final de todas estas reflexiones, la verdad que emerge es de una sencillez que desarma: el desafío más colosal del envejecimiento no se mide en balances fiscales ni en hojas de Excel. Se mide en la calidad de

las relaciones humanas que seamos capaces de cultivar. Una sociedad longeva posee el potencial extraordinario de convertirse en una sociedad mucho más sabia, más empática y profundamente más humana, donde el ritmo pausado de la experiencia modere los excesos de la prisa moderna. Pero si fracasamos en este empeño, si permitimos que la indiferencia gane la partida, nos transformaremos en una sociedad solitaria, amargada y fragmentada.

La diferencia entre ese futuro distópico y el país de esperanza que todos anhelamos no la decidirá el destino. La diferencia dependerá exclusivamente de nuestra capacidad, como costarricenses comprometidos, para comprender que debemos cuidar no solo de los cuerpos físicos de nuestros ciudadanos, sino también, y con mayor ahínco, de los vínculos invisibles que los unen. Porque vivir muchos más años, el gran triunfo de nuestra civilización, solo tendrá un sentido real y trascendente si esos años adicionales están llenos de significado, de dignidad compartida y de una inquebrantable comunidad.



Capítulo 8

La Geometría de la Dignidad

**Planificación Urbana, Accesibilidad
y el Espacio donde Viviremos más Años.**



El Planificador Urbano Eduardo Brenes sostiene que la ciudad no es neutral: el diseño urbano define la libertad, y su medida real es la seguridad de los más vulnerables, no la velocidad de los autos.

Cuando me siento en el pórtico de mi casa o cuando recorro las calles de nuestra Gran Área Metropolitana, mi memoria superpone imágenes del pasado sobre el paisaje actual. Durante mis años de juventud y de mayor intensidad, la consigna nacional era el desarrollo a través de la expansión. Recuerdo el orgullo con el que inaugurábamos nuevas autopistas, la emoción de ver cómo las zonas rurales se transformaban en anillos residenciales y la fe ciega que le teníamos al automóvil como el máximo símbolo de progreso y estatus social.

En aquella época, planificábamos y construíamos las ciudades costarricenses pensando exclusivamente en una sociedad eminentemente joven, vigorosa y acelerada. Nuestro modelo se basó en una expansión horizontal desmedida, generando una dependencia absoluta del vehículo particular, con una infraestructura dispersa que obligaba a las personas a recorrer grandes distancias para ir del hogar a la fábrica o a la oficina. Concentramos los servicios esenciales en pocos y caóticos centros urbanos, trazamos aceras peligrosamente estrechas —o simplemente las omitimos— y toleramos un transporte público fragmentado e inaccesible.

Aquel diseño urbano tenía cierta lógica temporal; respondía a una época en la que nuestra población crecía rápidamente, la movilidad física de la inmensa mayoría de los ciudadanos era óptima y la estructura de las familias, con madres dedicadas al hogar y redes vecinales sólidas, facilitaba la gestión de las distancias. El país estaba diseñado para el trabajador joven que salía corriendo en la mañana y regresaba al anochecer.

Pero las ciudades, al igual que los seres humanos, tienen que madurar. Y nuestra infraestructura se quedó estancada en la adolescencia. Como lo he conversado con mis invitados, una sociedad longeva tiene necesidades espaciales radicalmente distintas a las de una sociedad en explosión demográfica. Cuando la población de un país envejece a la velocidad a la que lo estamos haciendo nosotros, la ciudad no puede permanecer estática; está obligada a cambiar su geometría, sus prioridades y su alma.

A menudo cometemos el error intelectual de creer que la revolución demográfica es un fenómeno que ocurre únicamente en las gráficas de los ministerios de salud o en los modelos actuariales de las pensiones. Nos equivocamos. El envejecimiento no ocurre en abstracto; ocurre en la materialidad de nuestros barrios, en el umbral de nuestras casas, en el borde de las calles y en la banca de los parques. Es un fenómeno profundamente territorial.

Por esta razón, las preguntas que deben guiar la planificación urbana de Costa Rica en el siglo XXI ya no pueden ser cuántos carriles le agregamos a una autopista o dónde construimos el próximo centro comercial. Las interrogantes que hoy determinan nuestra calidad de vida son mucho más humanas y desafiantes:

¿Puede un ciudadano de ochenta años caminar hasta la pulpería o la farmacia con absoluta seguridad? ¿Existe un sistema de transporte verdaderamente accesible que no requiera la agilidad de un atleta para abordarlo? ¿Hay servicios de salud preventiva a una distancia caminable desde los vecindarios? ¿Hemos diseñado espacios de encuentro comunitario que inviten a salir de la casa, o nuestra arquitectura fomenta el encierro?

Al responder estas preguntas con honestidad, nos daremos cuenta de que la planificación urbana y el diseño de nuestras calles han dejado de ser tareas exclusivas de los ingenieros civiles para convertirse, en la práctica, en la política de salud pública más importante del Estado.

Para desatar este nudo, debemos abandonar las referencias tradicionales y nutrirnos de corrientes de pensamiento urbano que pongan al ser humano, y no a la máquina, en el centro de la ecuación. La gran pensadora urbana Jane Jacobs, en su obra monumental “Muerte y vida de las grandes ciudades”, nos enseñó hace más de medio siglo que la vitalidad de una ciudad no depende de sus grandes rascacielos, sino del ballet cotidiano que ocurre en sus aceras. Jacobs hablaba de “los ojos en la calle”: cuando una ciudad es caminable, los vecinos se observan, se cuidan y construyen un tejido de seguridad y pertenencia que ninguna cámara de vigilancia puede replicar.

Siguiendo esta misma línea, el arquitecto danés Jan Gehl revolucionó el urbanismo moderno al exigir que las ciudades se diseñen a “escala humana”, a la velocidad del peatón. Gehl demostró empíricamente que cuando a los ciudadanos se les otorga espacio seguro, agradable y libre de obstáculos, instintivamente salen, caminan, se detienen y conversan. Estas filosofías, adoptadas hoy por la Organización Mundial de la Salud bajo el concepto de “Ciudades Amigables con las Personas Mayores”, establecen principios que Costa Rica debe adoptar como mandatos constitucionales: accesibilidad universal en cada metro cuadrado de espacio público, iluminación peatonal adecuada que disipe el miedo, señalización clara y legible, instalación de bancos para el descanso en intervalos regulares y cruces peatonales donde la prioridad absoluta sea de la persona y no del motor. El diseño urbano moderno tiene que dejar de idolatrar la velocidad del automóvil para empezar a reverenciar la dignidad de la movilidad humana.

Sin embargo, al contrastar esta visión humanista con nuestra realidad, el diagnóstico es severo. El modelo urbano costarricense actual es profundamente hostil para la longevidad. Presentamos desafíos estructurales que castigan la autonomía: una congestión vial crónica que roba horas de vida, un transporte público que opera bajo lógicas

de rentabilidad fragmentada y no de servicio integral, una expansión horizontal que aísla a los barrios, y una infraestructura peatonal que en muchas zonas es sencillamente inexistente o intransitable. Estos problemas urbanos deterioran la calidad de vida de todos los ciudadanos, pero impactan con una crueldad especial a nuestros adultos mayores, obligándonos a corregir décadas de deficiencias históricas si no queremos condenarlos al arresto domiciliario.

La arquitecta y planificadora social, Gabriela Soto, ha expuesto en sus análisis sobre el derecho a la ciudad que la pérdida de la movilidad autónoma es el preámbulo de la muerte social. Ella argumenta que cuando un adulto mayor deja de salir de su casa porque la acera está destruida, porque el autobús no tiene rampa o porque el parque de su barrio es inseguro, el Estado le está amputando su ciudadanía. La soledad no es solo un estado psicológico; muchas veces, es el resultado directo de una infraestructura que funciona como un muro perimetral.

Para derribar esos muros, la primera e impostergable tarea nacional es la reconstrucción de la ciudad caminable. La medicina moderna nos ha confirmado hasta el cansancio que caminar es uno de los ejercicios más potentes, económicos y efectivos para prolongar la salud física y mental. Pero es un acto de cinismo estatal recomendarle a un adulto mayor que salga a caminar diariamente si para hacerlo debe esquivar huecos, bajarse a la calle porque hay vehículos estacionados en la acera o jugarse la vida en cruces sin semáforos peatonales.

Para que caminar sea una receta médica viable, el país requiere transformar sus calles dotándolas de aceras amplias, niveladas y sin obstáculos; construyendo rampas adecuadas en cada esquina; garantizando cruces con tiempos semafóricos pensados para el paso lento; y plantando árboles que provean la sombra necesaria en nuestro clima tropical, acompañados de bancos que permitan el descanso. Transformar a Costa Rica en una ciudad caminable reducirá drásticamente la incidencia de enfermedades crónicas, fortalecerá la interacción social espontánea que combate la depresión, disminuirá nuestra enfermiza dependencia vehicular y mejorará sustancialmente la salud mental colectiva. Bajo esta óptica,

pavimentar correctamente una acera o iluminar un sendero deja de ser un gasto de obra pública para convertirse en una inversión directa en salud preventiva.

Indisolublemente ligado a la caminabilidad se encuentra el reto monumental de nuestro transporte público. Para un adulto mayor, el transporte no es una simple cuestión de movilidad; es un sinónimo directo de autonomía. Una persona mayor que tiene la capacidad de desplazarse por sí misma, sin tener que rogar a un familiar que la lleve en su vehículo particular, es una persona que mantiene su independencia intacta, que puede participar de la vida social, cultural y económica de su país, y que conserva su dignidad.

Siempre he defendido que el transporte público de una nación refleja el respeto que esa sociedad siente por sus ciudadanos. Un sistema de autobuses o trenes donde las gradas son inalcanzables, donde los choferes no respetan los tiempos de abordaje o donde las paradas no ofrecen resguardo contra el clima, es un sistema que le grita al adulto mayor que su presencia es una molestia. Debemos exigir y subsidiar, si es necesario, la modernización total de nuestras flotas hacia unidades de piso bajo, la capacitación empática de los operadores y la integración de rutas que conecten los barrios residenciales con los centros de salud, los parques y los mercados.

Esta metamorfosis del espacio público —de las calles, las aceras y el transporte— es el primer anillo de contención para proteger la autonomía en una sociedad que envejece. Pero el urbanismo no se detiene en la puerta de la calle; penetra hasta la intimidad de nuestro refugio más sagrado. De nada sirve construir la acera más perfecta o el parque más hermoso, si el ciudadano queda atrapado dentro de las paredes de su propia vivienda debido a un diseño arquitectónico que se ha vuelto su peor enemigo con el paso de los años. El espacio donde transcurre la inmensa mayoría de nuestro tiempo en la madurez es el escenario definitivo donde se librará la batalla entre la independencia y la fragilidad, exigiéndonos repensar no solo la ciudad que habitamos, sino el hogar que nos cobija.

El hogar, históricamente concebido como nuestro refugio definitivo, es hoy el epicentro de una silenciosa crisis de diseño. El célebre arquitecto suizo Le Corbusier acuñó en el siglo pasado la famosa frase de que “la casa es una máquina para vivir”. Sin embargo, observo con preocupación qué sucede cuando esa máquina habitacional se vuelve incompatible con el cuerpo de quien la opera. Nuestras viviendas tradicionales costarricenses no fueron pensadas ni preparadas para la movilidad reducida, para la prevención sistemática de caídas ni para la accesibilidad universal.

Construimos casas con desniveles caprichosos en las salas, escaleras empinadas, pasillos estrechos por los que jamás pasaría una silla de ruedas y baños con barreras arquitectónicas que se convierten en verdaderas trampas mortales. Para un adulto mayor, una simple grada en la entrada de su propia casa puede representar la frontera absoluta entre la libertad y el encierro. La planificación urbana e inmobiliaria del futuro inmediato debe obligar a que la construcción de nuevas viviendas, y la remodelación de las existentes, incorpore el diseño sin barreras desde los planos originales.

Esto implica estandarizar baños adaptados que prevengan accidentes, una iluminación interior adecuada que compense la pérdida natural de agudeza visual y la cercanía indispensable a los servicios básicos de la comunidad. Pero debemos ir más allá del cemento. La revolución tecnológica nos ofrece la domótica: viviendas inteligentes equipadas con sensores discretos que monitorean la rutina y la salud del habitante, capaces de detectar una caída y alertar automáticamente a los servicios de emergencia o a los familiares. Bajo este nuevo prisma, la vivienda deja de ser un simple techo que nos protege de la lluvia; se convierte en una plataforma tecnológica y arquitectónica para sostener la longevidad y la autonomía.

Al salir de la puerta de esa casa adaptada, el individuo debe encontrarse con un entorno que lo integre, no que lo segregue. Las sociedades longevas que logran el éxito, y a las cuales debemos aspirar, evitan a toda costa la segregación etaria. El filósofo griego Aristóteles, al conceptualizar la “polis” (la ciudad), argumentaba que la virtud ciudadana solo podía

florecer en la pluralidad y en el encuentro de los diferentes.

Necesitamos forjar barrios mixtos, verdaderamente intergeneracionales, donde convivan en una misma cuadra las familias jóvenes que inician su proyecto de vida, los adultos trabajadores en su etapa de consolidación y los adultos mayores. Esta mezcla demográfica en el uso del suelo fortalece de manera natural la cohesión social, fomenta el apoyo informal entre vecinos —donde el adulto mayor vigila la calle mientras los padres trabajan, y los jóvenes asisten al mayor con las compras o la tecnología— y facilita una transmisión cultural invaluable. El aislamiento residencial, por el contrario, dispara los riesgos emocionales y sanitarios, convirtiendo a la ciudad en un archipiélago de soledades. La ciudad moderna debe ser el crisol que promueva la integración constante.

Aislar a nuestros mayores en enclaves exclusivos o en zonas residenciales periféricas destruye esa pluralidad.

El ingeniero civil y planificador territorial Luis Fernando Andrés ha reflexionado sobre la ceguera de nuestra infraestructura. Él argumenta que cuando una municipalidad aprueba el desarrollo de un condominio amurallado o un barrio fragmentado, sin aceras continuas ni plazas de encuentro, está firmando una sentencia de exilio para sus ciudadanos del futuro.

La planificación territorial, afirma, no trata sobre emitir permisos de construcción, sino sobre coreografiar el comportamiento humano: si el diseño aísla, la sociedad se enferma.

Para coreografiar ese comportamiento hacia el bienestar, la “ciudad inteligente” o Smart City debe dejar de ser un eslogan comercial para convertirse en una herramienta de inclusión. La

tecnología urbana ofrece herramientas valiosísimas que Costa Rica puede y debe implementar. Hablamos de la instalación de sensores de movilidad en las vías públicas que ajusten automáticamente los tiempos de los

semáforos cuando detecten a una persona de paso lento, una iluminación automática que brinde seguridad en las aceras, y el monitoreo inteligente del tráfico para priorizar el transporte público.

Más aún, la tecnología tiene el poder de facilitar la independencia de los adultos mayores mediante aplicaciones de salud integradas al sistema municipal, alertas comunitarias de emergencia, plataformas de transporte inclusivo bajo demanda y redes vecinales digitales que mantengan a la comunidad conectada. Países de vanguardia tecnológica, como Estonia, ya han demostrado que la integración de estos servicios digitales facilita enormemente la vida urbana de las poblaciones envejecidas, transformando el entorno digital en una rampa de acceso a la ciudadanía.

Pero, ninguna aplicación móvil puede sustituir la necesidad biológica y psicológica del contacto humano cara a cara. Aquí es donde los espacios públicos activos cobran una relevancia de vida o muerte. Los parques, las plazas, las bibliotecas y los centros culturales no pueden seguir siendo vistos por nuestros ministerios de Hacienda como un lujo estético o un gasto prescindible. Son, en la más estricta definición, infraestructura de salud mental.

Una sociedad longeva necesita imperativamente plazas vibrantes y activas, actividades culturales que se desarrollen de manera permanente y accesible, programas deportivos adaptados a la biomecánica de la tercera edad y eventos que convoquen a todas las generaciones en un mismo lugar. El espacio público bien diseñado y programado se convierte en el antídoto más barato y efectivo contra el veneno de la soledad urbana.

Al planificar esta nueva infraestructura, nos topamos con una sincronía histórica que no podemos ignorar. El envejecimiento acelerado de nuestra población coincide exactamente en el tiempo con el mayor desafío ambiental de la humanidad: la crisis climática. Lejos de competir por los recursos del Estado, ambos desafíos comparten la misma solución urbana. La planificación de ciudades compactas, de uso mixto y alta densidad bien gestionada, no solo facilita la vida del adulto mayor al acercarle los servicios, sino que reduce drásticamente las emisiones de

carbono, mejora la eficiencia energética de la red eléctrica y facilita una movilidad sostenible no motorizada. Costa Rica tiene la oportunidad dorada de integrar su planificación longeva con su reconocida agenda de sostenibilidad ambiental, creando una estrategia conjunta que nos posiciona como líderes globales en urbanismo verde y gerontológico.

Toda esta majestuosa transformación del espacio físico no caerá del cielo ni se dictará exclusivamente desde los ministerios del gobierno central. El terreno donde se ganará o se perderá esta batalla está en los cantones. Las municipalidades y los gobiernos locales están llamados a ser los actores clave y definitivos en la transición demográfica. La gestión desde la capital es demasiado lejana para arreglar la acera de un barrio en la periferia.

Los alcaldes y concejos municipales deben incorporar de inmediato en sus planes reguladores y en su planificación estratégica la creación de “mapas de envejecimiento”, identificando con precisión quirúrgica dónde viven sus adultos mayores para priorizar la inversión en esas zonas. Deben garantizar servicios descentralizados para evitar desplazamientos largos, construir infraestructura estrictamente accesible y, lo más importante, fomentar mecanismos reales de participación ciudadana senior, donde la experiencia de los mayores guíe las decisiones del cantón. La gestión local, cercana y empática, será el factor determinante para la calidad de vida de nuestra población.

Si fracasamos en esta gestión local y nacional, el riesgo que enfrentamos es la fragmentación urbana severa. Sin una planificación adecuada y anticipada, el envejecimiento demográfico generará patrones desastrosos: veremos la concentración forzada de adultos mayores en zonas geográficas específicas que irán perdiendo valor, el deterioro progresivo de barrios enteros que se quedarán sin vitalidad comercial, y un aislamiento territorial que fracturará al país en dos realidades irreconciliables. La planificación estratégica de nuestras instituciones debe anticipar estos patrones de decadencia urbana y cortarlos de raíz.

Debemos entender que esta “ciudad amigable” no es un pozo sin fondo de gasto público; es también una inmensa incubadora de oportunidades económicas. La economía urbana se nutre de la longevidad. Un entorno accesible genera un florecimiento de los servicios locales y del comercio de proximidad, porque el adulto mayor prefiere y puede consumir en su propio barrio.

Se crean miles de empleos formales en la red de cuidados comunitarios y se detona el potencial del turismo accesible, atrayendo a visitantes mayores de todo el mundo que buscan ciudades seguras y preparadas para ellos. La planificación urbana inteligente no solo mejora el bienestar humano, sino que impulsa de manera directa el dinamismo económico de las ciudades.

Llevar a cabo esta revolución territorial requiere sortear un desafío político mayúsculo. Transformar la morfología de nuestras ciudades exige una coordinación interinstitucional impecable, una visión estratégica de largo plazo, una inversión económica sostenida que trascienda los cuatrienios, y un diálogo ciudadano maduro y constante. Durante mi vida pública, comprobé que la tentación más grande de un gobernante es inaugurar obras rápidas y visibles antes de las elecciones. Pero las decisiones urbanas que requiere la longevidad no pueden responder al cortoplacismo del ciclo electoral; deben responder, con responsabilidad histórica, a la transición demográfica que moldeará el próximo siglo.

Cuando proyecto mi mente hacia la Costa Rica del año 2050, no concibo una utopía inalcanzable, sino el resultado lógico de una planificación anticipada y valiente. Imagino un país donde cada barrio cuente con su propio centro comunitario vibrante, donde el transporte público sea un modelo de accesibilidad y puntualidad que dignifique al pasajero, y donde los parques rebosen de actividad intergeneracional desde el amanecer hasta el ocaso. Veo un parque habitacional que permite la autonomía prolongada de sus ocupantes y una tecnología urbana invisible que facilita la independencia sin invadir la privacidad.

En última instancia, la forma en que diseñamos, construimos y mantenemos nuestras ciudades es una declaración moral innegable. Las

ciudades determinan de manera absoluta cómo vivimos nuestros días; y en una sociedad longeva, determinan también, con precisión milimétrica, cómo envejecemos. El trato que una ciudad le dispensa a sus ciudadanos mayores refleja como un espejo la ética colectiva de toda la nación. Una sociedad que ha alcanzado la madurez no margina a sus constructores; los integra en el corazón mismo de la plaza pública.

Costa Rica se encuentra ante una elección fundamental: podemos permitir por inercia el crecimiento de ciudades que dificultan la autonomía y castigan la vejez, o podemos elegir con valentía rediseñar ciudades que prolonguen la independencia y celebren el bienestar. La revolución demográfica, lo hemos comprobado, no solo transforma la biología de las personas, sino que tiene el poder de transformar la geografía de los territorios. Si asumimos la responsabilidad de diseñar espacios que acompañen la longevidad con absoluta dignidad, el envejecimiento poblacional dejará de verse como una crisis urbana insuperable. Se convertirá, en cambio, en la excusa perfecta y en la oportunidad histórica para reconstruir una Costa Rica dotada de ciudades profundamente más humanas, más accesibles y, por encima de todo, más solidarias.

RETO DE LA REVOLUCIÓN DEMOGRÁFICA SIGLO 21
JORGE WOODBRIDGE GONZÁLEZ



Capítulo 9

El Hilo Invisible

**Familia, Cultura
y el Nuevo Contrato Social.**



*La Antropóloga Margaret Mead
señaló que el primer signo de
civilización es un fémur sanado:
prueba de que alguien cuidó a otro
hasta su recuperación.*

He invertido gran parte de mi vida analizando el país desde la macroeconomía, los ministerios y las juntas directivas. Es una deformación profesional habitual creer que el destino de una nación se juega exclusivamente en los indicadores de crecimiento o en los pasillos de la Asamblea Legislativa. Sin embargo, cuando cerramos la puerta de nuestras casas al final del día, las tasas de interés y los déficits fiscales se desvanecen. Lo que queda es la esencia cruda de la vida: las personas con las que compartimos el techo, el plato de comida y el paso del tiempo.

Por eso, al abordar las transformaciones demográficas, solemos cometer el error de analizarlas casi exclusivamente desde la óptica de la seguridad social, el mercado laboral o la economía. Pero el impacto más profundo, el terremoto real que sacudirá a Costa Rica en las próximas décadas, no ocurre en las cuentas del Estado. Ocurre en la cultura. El envejecimiento poblacional y la caída en los nacimientos están redefiniendo, de manera silenciosa pero implacable, la estructura de la familia, las reglas de la convivencia, el significado de la solidaridad y el rol de las generaciones. Nuestra nación no solo enfrentará dolorosos ajustes institucionales; estamos a las puertas de la transformación más radical de nuestro tejido social.

Para comprender hacia dónde vamos, debemos mirar con honestidad de dónde venimos. Durante la inmensa mayor parte del siglo XX, la familia costarricense operó como la institución de bienestar más perfecta y eficiente que haya existido. La familia tradicional cumplía funciones que hoy le exigimos al gobierno: era el principal centro de cuidado infantil, funcionaba como una red de apoyo económico infalible en tiempos de crisis, proveía un acompañamiento emocional constante y, fundamentalmente, era el único hospital y asilo para la atención de los adultos mayores.

En la Costa Rica de mi juventud, las familias eran numerosas y extensas. Era absolutamente común que varias generaciones convivieran bajo un mismo techo o a escasos metros de distancia, en el mismo barrio o parcela. El cuidado intergeneracional fluía de manera natural y casi automática; los mayores cuidaban a los niños mientras los padres trabajaban, y cuando los mayores perdían sus fuerzas, había múltiples hijos, nueras y nietos para sostenerlos. Todo nuestro aclamado Estado Social de Derecho se construyó descansando sobre esa base cultural inquebrantable. El gobierno podía permitirse ciertas ineficiencias porque sabía que, al final del día, la familia siempre estaría ahí para atrapar a quien cayera.

Pero el siglo XXI nos ha traído un escenario donde esa red de seguridad se ha encogido dramáticamente. Hoy emergen nuevas realidades habitacionales y afectivas: familias mucho más pequeñas, un incremento notable de parejas que deciden no tener hijos, un aumento explosivo de hogares unipersonales y una movilidad laboral que a menudo obliga a los jóvenes a mudarse lejos de sus padres. Sin embargo, al mismo tiempo que la familia se encoge horizontalmente, se alarga verticalmente debido a la longevidad multigeneracional.

Por primera vez en la historia de nuestra especie, es estadísticamente normal que cuatro generaciones coexistan simultáneamente: los bisabuelos, los abuelos, los padres y los hijos. Este solapamiento generacional crea oportunidades extraordinarias para la transferencia de sabiduría, pero también detona desafíos inexplorados en la gestión del tiempo y los recursos afectivos. Nos obliga a plantearnos la pregunta central, la interrogante más difícil que enfrenta nuestra sociedad longeva: ¿quién cuidará a quién?.

La aritmética del cuidado se ha invertido. En el pasado, muchos hijos compartían la responsabilidad de cuidar a pocos padres. En el futuro inminente de Costa Rica, pocos hijos deberán acompañar, financiar y cuidar a muchísimos adultos mayores. Es matemáticamente y humanamente imposible que la familia nuclear moderna asuma en solitario esta carga sin colapsar. Esta realidad nos obliga a redefinir de urgencia el equilibrio de responsabilidades entre tres actores fundamentales: la familia, la comunidad y el Estado. Ningún actor podrá asumir sólo esa responsabilidad sin fracturar el sistema.

La filósofa Simone de Beauvoir, en su incisivo ensayo “La Vejez”, argumentaba que la sociedad se niega a reconocerse en el anciano. Lo trata como a un ser de otra especie, marginándolo porque su presencia recuerda la fragilidad de la condición humana. Si queremos evitar un colapso en la ética del cuidado, debemos dejar de ver la vejez como un problema logístico a resolver, y empezar a entenderla como el destino común que todos, sin excepción, compartimos.

Enfrentar esta crisis del cuidado requiere abandonar la ilusión de que el amor filial es suficiente para sustituir la política pública. Cuando el peso recae exclusivamente sobre los hombros de unos pocos familiares —casi siempre mujeres—, el resultado es el agotamiento extremo, la precarización laboral de la persona cuidadora y el deterioro de la calidad de vida de quien recibe el cuidado. El cuidado debe dejar de ser una responsabilidad privada y silenciosa para convertirse en una responsabilidad social compartida. El Estado debe proveer seguros de dependencia, las municipalidades deben organizar redes comunitarias y de voluntariado, y el sector privado debe flexibilizar sus estructuras para permitir que sus empleados puedan ejercer el cuidado de sus mayores sin sacrificar sus carreras profesionales.

El cuidado no es una carga que se transfiere; es el tributo que pagamos por el privilegio de la civilización.

Pero si escalamos este problema del ámbito doméstico al ámbito nacional, nos topamos con un riesgo que amenaza la paz de la República: el conflicto generacional. Las sociedades que envejecen rápidamente, como la nuestra, son terrenos fértiles para las tensiones políticas entre grupos de edad. Si no construimos puentes de entendimiento, veremos a jóvenes que sienten que cargan sobre sus espaldas un peso fiscal injusto para mantener a los mayores, y veremos a adultos mayores que votan desde el terror a perder sus pensiones y su protección. Esta dinámica genera una polarización política tóxica basada en la edad, donde los candidatos electorales enfrentan a los abuelos contra sus nietos en la disputa por el presupuesto nacional.

Para desarmar esta bomba de tiempo, debemos elevar nuestro debate político e incorporar el concepto de la solidaridad entre generaciones. Esto implica un nivel de madurez cívica donde la sociedad reconoce, de manera explícita, que los jóvenes necesitan recursos y oportunidades para educarse y prosperar, mientras que los adultos mayores requieren seguridad y dignidad para descansar. Ambas necesidades son absolutamente legítimas y no deben competir a muerte.

El pensador Joseph Stiglitz lo advierte con precisión: la estabilidad democrática de cualquier nación en el siglo XXI depende casi enteramente de su capacidad para mantener la justicia intergeneracional. El verdadero reto de nuestros líderes no es elegir a qué generación beneficiar con sus políticas, sino diseñar un modelo que logre mantenerlas unidas y cooperando.

Lograr esa unidad nos exige una introspección cultural profunda sobre el valor que le otorgamos a la vejez. En la civilización occidental, durante el último siglo, hemos idolatrado la juventud, la velocidad y la innovación constante, relegando la experiencia al baúl de los trastos viejos. Las sociedades asiáticas tradicionales, por el

contrario, construyeron imperios valorando la experiencia acumulada, donde el adulto mayor representa la cúspide de la sabiduría y el orden moral.

Poseemos, en nuestra raíz campesina, una cultura de profundo respeto hacia los mayores que lamentablemente se ha ido diluyendo en la efervescencia de la urbanización. Las sociedades longevas que triunfarán

en el futuro serán aquellas que logren la alquimia perfecta: combinar la energía disruptiva y el empuje de la juventud con la experiencia táctica y el juicio reposado de la madurez.

Cometemos un error de cálculo histórico y un pecado de arrogancia cuando consideramos a los adultos mayores únicamente como un pasivo fiscal, como simples beneficiarios pasivos de los servicios de salud y pensiones. En realidad, la población mayor de nuestro país representa el mayor banco de memoria histórica disponible, un capital cultural invaluable, un pilar fundamental para el liderazgo comunitario y una fuente inagotable de mentoría social. El adulto mayor jamás debe ser visto como una carga para el Estado; debe ser reconocido, integrado y utilizado como el recurso social más estratégico que posee la nación para no repetir los errores del pasado.

Ese reconocimiento de los adultos mayores como un recurso estratégico encuentra su manifestación más pura y cotidiana en la redefinición de la relación entre los abuelos y sus nietos. Durante mi época de crianza, la figura de los abuelos estaba rodeada de un inmenso respeto, pero su interacción solía ser periférica frente al ajetreo diario de la familia nuclear. Hoy, la longevidad ha transformado por completo esa dinámica, otorgándoles a los abuelos un nuevo y vital protagonismo.

A través de los testimonios que recojo constantemente en el programa, compruebo cómo miles de abuelos costarricenses participan hoy de manera sumamente activa en la crianza diaria de los más pequeños. Se han convertido en el ancla emocional que sostiene la estabilidad de muchísimas familias donde ambos padres deben salir a trabajar. Transmiten los valores cívicos, mantienen viva la tradición oral y, con su presencia constante, fortalecen de manera incalculable la cohesión de nuestra sociedad. Si logramos integrar adecuadamente este fenómeno mediante políticas de apoyo, el envejecimiento poblacional, lejos de debilitar a la familia moderna, tiene el poder de reforzarla y dotarla de una resiliencia sin precedentes.

Sin embargo, para que este y otros roles sean sostenibles, el ser humano necesita sentir que su aporte tiene valor.

Por ello, el nuevo contrato social que Costa Rica debe firmar consigo misma tiene la obligación de ofrecer múltiples y variadas oportunidades de contribución para la tercera edad. Hablamos de estructurar programas formales de voluntariado, incentivar la participación cívica en asociaciones de desarrollo y juntas de salud, y garantizar, como lo abordamos extensamente antes, la educación permanente. El sentido de pertenencia social y el sentirse necesitado por la comunidad son herramientas tan importantes y urgentes como la seguridad económica que brinda una pensión.

Y mientras redefinimos el final de la vida, debemos tener la madurez para observar con empatía lo que ocurre en sus inicios. La drástica reducción de la natalidad en nuestro país suele desatar discursos alarmistas. Hay quienes ven en las cunas vacías el síntoma de una crisis moral, acusando a las nuevas generaciones de egoísmo. Desde la perspectiva que me otorgan los años, considero que esta visión es un error monumental.

La caída en el número de nacimientos no es una decadencia ética; es el reflejo directo de transformaciones culturales profundas y, en muchos aspectos, muy positivas. Responde a una mayor y merecida educación femenina, al surgimiento de nuevas aspiraciones personales y profesionales para las mujeres, al acelerado proceso de urbanización y a un costo de vida que se ha vuelto prohibitivo para la formación de familias numerosas. Nos encontramos frente a una transformación social a escala global. La labor de las políticas públicas del Estado costarricense no es sermonear a los jóvenes ni tratar de imponerles la formación de familias mediante campañas vacías, sino facilitar las condiciones materiales para que puedan ejercer libremente su decisión de vida.

Para que el futuro demográfico de Costa Rica sea sostenible, la conciliación entre el trabajo y la familia debe dejar de ser una promesa de campaña para convertirse en una realidad legislativa. Las naciones europeas descubrieron, a través del método de ensayo y error, que las tasas de natalidad solo logran estabilizarse cuando el Estado y el sector privado garantizan la existencia de servicios universales de cuidado infantil, horarios laborales verdaderamente flexibles, una igualdad de género palpable en los salarios y una red de seguridad económica robusta. El futuro de

nuestra población depende de que implementemos políticas familiares modernas que entiendan la realidad de los hogares del siglo XXI.

Pero cuando la familia nuclear se reduce y los hijos escasean, la responsabilidad de sostener el bienestar recae en un actor que habíamos relegado al olvido: la comunidad. A medida que la estructura familiar cambia y se vuelve más pequeña, el barrio y la comunidad cobran una importancia de primer nivel.

Para enfrentar los años venideros, Costa Rica necesita reconstruir sus barrios. Necesitamos vecindarios activos, asociaciones comunales empoderadas y redes sociales locales fuertes que tengan la capacidad de reducir el aislamiento de sus habitantes mayores. Una comunidad organizada puede fortalecer enormemente la identidad colectiva y convertirse en el soporte vital del cuidado informal, vigilando al vecino que vive solo y organizando redes de apoyo mutuo. Pero esta cohesión social ya no surge de manera espontánea como en los pueblos de mi infancia; en la ciudad moderna, la comunidad debe cultivarse de manera deliberada a través del diseño urbano y el fomento cívico.

Al adentrarnos en esta etapa madura como nación, noto una tendencia fascinante de la que se habla muy poco en la política tradicional, pero que percibo claramente en mis conversaciones.

El historiador Yuval Noah Harari ha explorado cómo las identidades humanas serán cada vez más fluidas a lo largo de nuestras extensas vidas, obligándonos a buscar un anclaje que vaya más allá de nuestra profesión o nuestro éxito financiero. Esta longevidad nos ofrece la oportunidad histórica de redefinir el éxito social de Costa Rica. Ya no podemos medir nuestra grandeza únicamente por el crecimiento del Producto Interno Bruto, sino que debemos empezar a medirla por la calidad humana, la empatía y la profundidad espiritual de nuestros ciudadanos.

Las sociedades longevas, al alejarse del frenesí de la juventud y la competencia pura, tienden a redescubrir interrogantes fundamentales que tocan el espíritu humano. El hecho de vivir más tiempo nos invita a reflexionar sobre nuestro propósito en el mundo, sobre el legado que dejaremos a los que vienen detrás, sobre la trascendencia de nuestros actos y sobre el verdadero significado de la comunidad.

Todo esto nos lleva al clímax de nuestra convivencia: la redacción de un nuevo contrato social costarricense. A lo largo de las décadas, nuestro país se sostuvo sobre acuerdos implícitos que funcionaron maravillosamente. Pero la revolución demográfica exige que renovemos los votos. Este nuevo acuerdo nacional debe cimentarse sobre tres principios inquebrantables. El primero es la Solidaridad, entendida como el compromiso sagrado de que cada generación cuidará a la otra en sus momentos de vulnerabilidad. El segundo es la Responsabilidad, que nos exige que las decisiones económicas, ambientales y políticas que tomemos en el presente consideren rigurosamente su impacto en el futuro de quienes nos sucederán. Y el tercero es la Participación, que garantiza que todas las edades, desde el joven aprendiz hasta el anciano sabio, tengan el derecho y el deber de contribuir al proyecto nacional.

Este nuevo contrato no será un simple documento institucional firmado en un acto protocolario. Será una transformación profundamente cultural.

El envejecimiento de nuestra población tiene el asombroso potencial de fortalecer nuestra democracia, siempre y cuando seamos capaces de generar esta cooperación social profunda.

Y como toda cultura, la convivencia armoniosa entre distintas generaciones no es instintiva; debe aprenderse. Por ello, urge implementar una vigorosa educación cívica intergeneracional en nuestro sistema público. Debemos fomentar desde las aulas

la creación de proyectos comunitarios mixtos, establecer programas formales de mentoría que crucen las barreras de la edad y propiciar un diálogo generacional constante y respetuoso.

Al cerrar los ojos, no veo un asilo gigantesco y triste. Veo, por el contrario, una sociedad madura en su máxima expresión. Imagino una patria donde la experiencia de los años es genuinamente valorada y consultada, donde la juventud encuentra los recursos y las oportunidades necesarias para desplegar sus alas, donde la familia logra evolucionar y adaptarse sin romperse en el proceso, y donde la comunidad acompaña la longevidad de cada individuo con amor y respeto.

Debemos desterrar de nuestra mente el miedo a los años. Una sociedad madura no es, bajo ninguna circunstancia, sinónimo de una sociedad vieja, enferma o estancada. Una sociedad madura es una nación plenamente consciente de su historia, orgullosa de sus cicatrices institucionales y absolutamente responsable de la construcción de su futuro.

El envejecimiento poblacional no transforma únicamente a las instituciones, los presupuestos o las camas de los hospitales; transforma, de raíz, la forma en que nos miramos a los ojos y nos relacionamos los unos con los otros. El colosal reto del siglo XXI para Costa Rica no consistirá únicamente en cuadrar las finanzas para sostener las pensiones, ni en modernizar la tecnología de nuestros sistemas de salud. Esos son problemas técnicos que nuestra inteligencia puede resolver. El verdadero y supremo desafío de nuestra época será preservar la cohesión humana, el amor por el prójimo y la dignidad en un mundo donde tenemos el privilegio de vivir muchísimo más tiempo.

Porque una nación verdaderamente desarrollada, como siempre me lo recuerdan mis convidados al programa, no es aquella que logra que sus habitantes simplemente sobrevivan sumando años en el calendario. El verdadero desarrollo se alcanza cuando una sociedad se asegura de que cada una de sus generaciones encuentre su lugar, sea tratada con la más absoluta dignidad y descubra su propósito inalienable dentro del hermoso y complejo tapiz de una historia común.



Capítulo 10

El Horizonte Dorado

Construir una Sociedad Longeva Exitosa.



Los análisis del Programa Estado de la Nación señalan que Costa Rica privilegia la inmediatez electoral y descuida crisis que se gestan lentamente por falta de visión de futuro.

Cuando me siento en la quietud de mi estudio y contemplo los diecinueve volúmenes que preceden a este libro, veo la radiografía completa de mi patria. He dedicado mi vida, y particularmente los últimos años a través del diálogo con mentes brillantes en el programa “Reto Siglo 21”, a diseccionar nuestra educación, nuestra infraestructura, nuestro sistema de salud, la energía que nos mueve y los valores que nos sostienen. Sin embargo, todos esos análisis, todas esas políticas públicas y todas las reformas estructurales que hemos propuesto convergen, inevitablemente, en este punto ciego de nuestra historia: la revolución demográfica.

He comprendido que el tiempo adquiere una relatividad fascinante. Para un político inmerso en la vorágine de una campaña, cuatro años parecen una eternidad. Pero para quienes hemos visto pasar varias décadas, el tiempo es apenas un parpadeo. Por eso, cuando los demógrafos y los economistas nos hablan del año 2050, comúnmente percibimos esa fecha como un horizonte de ciencia ficción, un lugar lejano que no nos pertenece. Nada más falso. El año 2050 no está lejos.

Pensemos en esto con la frialdad matemática que exige el desarrollo nacional: muchos de quienes hoy trabajan en nuestras oficinas, quienes educan en nuestras aulas, quienes legislan en Cuesta de Moras y quienes gobiernan desde Zapote, estarán vivos en ese año. Los niños que hoy caminan con sus mochilas para ingresar a la educación primaria serán, en 2050, adultos en la plenitud de su vida productiva. El país que ellos habitarán no se construirá por arte de magia en la víspera de año nuevo de 2049. Las decisiones que tomemos colectivamente durante esta misma década, los cimientos que decidamos fundir o destruir hoy, definirán el rostro y el alma del país en ese momento.

La interrogante central que debe guiar nuestros pasos ya no es si Costa Rica será una sociedad envejecida. Ese es un hecho que ya está determinado e irreversiblemente sellado por la demografía y nuestras tasas de natalidad. La verdadera y única pregunta que debemos respondernos con valentía es:

¿Será la Costa Rica del 2050 una sociedad longeva frágil, asustada y empobrecida, o seremos una sociedad longeva próspera, sabia y vibrante?

En mi recorrido por la historia nacional, he sido testigo presencial de cómo Costa Rica ha superado diversas encrucijadas que parecían insalvables. Nuestra patria no es ajena a los desafíos titánicos. Cada generación que nos precedió tuvo que mirar a los ojos a la historia y tomar decisiones monumentales que nos definieron para siempre. Hubo una generación que tuvo la audacia impensable de abolir el ejército para invertir en cuadernos. Otra generación construyó,

piedra sobre piedra, el milagro de la seguridad social que nos salvó de innumerables tragedias. Otras lideraron la gesta de universalizar la educación y consolidar nuestra democracia en medio de una región que ardía en guerras civiles.

Cada generación enfrentó un desafío estructural radicalmente distinto, pero todas comparten el mismo coraje. Hoy, la generación actual — nuestra generación— enfrenta un reto nuevo, uno que no se libra con decretos bélicos ni se resuelve abriendo escuelas: debemos adaptar el país entero a una longevidad sin precedentes en la historia de la humanidad. Este no es un reto ideológico que pueda encasillarse en las viejas rencillas de izquierda o derecha; es un desafío de escala civilizatoria.

Para triunfar en esta empresa, debemos tener absoluta claridad sobre qué significa el éxito. Una sociedad longeva verdaderamente exitosa no se define, ni se conforma, simplemente con llevar la cuenta de cuántos años adicionales logran vivir sus habitantes. Acumular tiempo sin calidad es una condena. A lo largo de mis investigaciones y diálogos con expertos, he llegado a la conclusión de que la Costa Rica del 2050 solo será exitosa si logra consolidar cinco características fundamentales.

Primero, debe garantizar una salud activa y prolongada, donde la enfermedad no dicte los últimos veinte años de existencia.

Segundo, debe blindar una sostenibilidad intergeneracional que asegure que nuestros nietos no pagarán las deudas de nuestra miopía.

Tercero, debe consolidar una alta productividad basada exclusivamente en el conocimiento, abandonando la ilusión de la mano de obra barata.

Cuarto, debe tejer una cohesión social sólida que erradique la epidemia de la soledad.

Quinto, requiere construir instituciones que sean ágiles y altamente adaptables.

Debemos tatuarnos esta premisa:

El envejecimiento poblacional en sí mismo no es el problema; la inercia y la falta de adaptación del Estado sí lo son.

En las discusiones académicas sobre la arquitectura institucional, analistas políticos y sociólogos coinciden en un diagnóstico severo: nuestras instituciones fueron diseñadas para resolver las emergencias del siglo XX. Un ministerio o una institución autónoma que se niega a flexibilizar sus dogmas frente al envejecimiento de la población es como un barco que insiste en usar

las velas cuando el viento ha dejado de soplar. La transición demográfica exige una visión que trascienda el ciclo electoral y abrace la planificación a largo plazo.

Imaginemos por un momento la arquitectura de ese Estado en el año 2050. Comencemos por la joya de nuestra corona: la Caja Costarricense de Seguro Social. En treinta años, si hacemos lo correcto, la CCSS habrá evolucionado diametralmente. Habrá dejado de ser un gigantesco aparato burocrático centrado en el tratamiento de la enfermedad avanzada, para convertirse en un sistema predictivo centrado en la prevención masiva. Visualizo un sistema donde el monitoreo digital de la salud sea continuo, donde la atención domiciliar sea la norma y no la excepción, y donde la política médica principal sea la promoción del envejecimiento activo.

En esa Costa Rica del futuro, el gran hospital de concreto será menos dominante en el paisaje urbano y presupuestario. En su lugar, la comunidad misma, equipada con tecnología y equipos interdisciplinarios, será la gran protagonista de la salud pública. El objetivo supremo de la medicina ya no será únicamente curar enfermedades crónicas que pudimos evitar, sino preservar a toda costa la autonomía funcional de cada ciudadano.

De la mano con la salud, se encuentra la paz mental que otorga la seguridad económica. El sistema previsional del 2050 deberá haber superado los

debates paralizantes de nuestra época. Para entonces, tendremos un marco legal que permita y fomente el retiro verdaderamente flexible, un sistema que incentive de manera atractiva el trabajo prolongado para aquel que lo desee de forma voluntaria, combinando con precisión matemática la solidaridad básica con la capitalización individual, y manteniendo un estricto equilibrio fiscal. En esa sociedad, la longevidad productiva será entendida y celebrada como una parte natural e indispensable del ciclo de vida. Ver a un ciudadano trabajar, asesorar o emprender a los 70 años no será visto como un acto excepcional de supervivencia ni como una explotación; será una opción digna, posible y profundamente respetada.

Pero nada de esto será realizable si no transformamos el motor de la mente humana. En la Costa Rica del 2050, el concepto de que la educación termina a los 22 años será recordado como un arcaísmo incomprensible. Nuestras universidades públicas y privadas, así como los centros de formación técnica, habrán mutado para convertirse en plataformas de vida. Ofrecerán una reconversión profesional continua, programas rigurosos diseñados específicamente para adultos mayores, certificaciones modulares de alta empleabilidad y una integración tecnológica que no deje a nadie rezagado. El aprendizaje continuo y permanente será asumido con la misma naturalidad con la que asumimos la necesidad de alimentarnos; será parte integral del ciclo vital completo de cada costarricense.

Este ecosistema educativo será el combustible de nuestra nueva realidad material. El crecimiento económico del 2050 ya no podrá justificarse por el bono demográfico que perdimos. Dependerá de nuestra capacidad para dominar la innovación tecnológica, de la digitalización total de nuestro parque empresarial, de la explosión de la economía plateada y de un talento humano altamente calificado. Costa Rica comprenderá, finalmente, que no puede competir en el mundo por su tamaño territorial o poblacional, sino que compite y vence por su inteligencia colectiva. En la década de los cincuenta de este siglo, la productividad habrá reemplazado definitivamente al crecimiento poblacional como la medida de nuestra prosperidad.

Al salir de nuestras oficinas y universidades hacia el espacio público, la transformación deberá ser igualmente radical. Las ciudades costarricenses

del 2050 ya no podrán ser las selvas de asfalto hostiles que hoy habitamos. Deberán ser espacios urbanos caminables, universalmente accesibles, geográficamente integrados, tecnológicamente conectados y, sobre todo, intergeneracionales. Habremos comprendido, tras mucho sufrimiento, que el diseño del espacio urbano debe ser un aliado incondicional de la longevidad, y no un obstáculo diario que el ciudadano deba vencer.

Toda esta infraestructura material y tecnológica, sin embargo, debe estar sostenida por un cambio en nuestra alma nacional. La cultura intergeneracional será la clave de nuestra supervivencia pacífica. El país deberá haber logrado evitar los conflictos fiscales entre cohortes de edad, el resentimiento de los jóvenes hacia los mayores y la polarización política fundamentada en los años de vida. En 2050, la solidaridad intergeneracional deberá haberse consolidado como el nuevo e inquebrantable pilar de nuestra democracia.

Para alcanzar este equilibrio, la autonomía y el liderazgo femenino seguirán siendo un pilar fundamental para la estabilidad demográfica de la nación. Las políticas reales y efectivas de conciliación laboral, la igualdad salarial absoluta y los servicios universales de cuidado fortalecerán la participación económica de la mujer, fomentarán una natalidad sostenible para quienes deseen formar familias y asegurarán la cohesión social. Habremos aprendido, sin lugar a dudas, que una sociedad longeva exitosa es, por definición matemática y moral, una sociedad profundamente equitativa.

Llegar a este año 2050 con éxito no es un sueño inalcanzable, pero exige que desde hoy comencemos a liderar con una visión que trascienda nuestros propios intereses inmediatos.

Ahora exploremos precisamente cómo debe ser la gobernanza a largo plazo para asegurar este horizonte, cómo el bienestar emocional reemplazará al Producto Interno Bruto como medida de éxito nacional, y cómo Costa Rica tiene en sus manos el destino para convertirse en el faro de luz de toda América Latina en la era de la longevidad.

Para alcanzar esa Costa Rica del 2050 que hemos delineado, nuestra gobernanza debe sufrir una metamorfosis radical. A lo largo de mi

trayectoria, comprobé repetidamente cómo la tiranía del cortoplacismo secuestra las mejores intenciones. Los politólogos e investigadores de nuestro país, al analizar la parálisis estatal, suelen advertir que administrar una nación con la vista puesta únicamente en las próximas elecciones es la receta infalible para el subdesarrollo. La transición demográfica, por su propia naturaleza geológica, exige una visión que trascienda el mezquino ciclo electoral de cuatro años.

Al estudiar los postulados de Masahiko Aoki sobre cómo las instituciones exitosas logran adaptarse culturalmente a los cambios estructurales, comprendo que Costa Rica necesita urgentemente instaurar una planificación estratégica a veinte o treinta años plazo. Esto requiere forjar acuerdos políticos amplios que no se deshagan con los cambios de gobierno, asegurando una continuidad institucional donde las decisiones técnicas se sostengan en el tiempo, inmunes al capricho político de turno. No podemos rediseñar el país si cada cuatrienio empezamos desde cero.

Este rediseño a largo plazo nos lleva a un debate ético ineludible sobre el equilibrio fiscal. El economista Joseph Stiglitz ha sido enfático al advertir:

He visto cómo el endeudamiento irresponsable se disfraza a menudo de justicia social. Pero no hay nada de justo en consumir hoy la prosperidad de mañana. El país tiene la obligación moral de mantener una disciplina fiscal férrea, evitando cargar deudas excesivas e impagables sobre los hombros de un futuro cada vez más escaso en población joven.

Financiar de manera sostenible nuestra salud y nuestras pensiones no es una simple meta contable del Ministerio de Hacienda; es, en su esencia más pura, el contrato moral supremo que firmamos con las nuevas generaciones.

La justicia entre las generaciones es el oxígeno que mantiene viva la estabilidad democrática.

A la par de esta responsabilidad fiscal, la Costa Rica madura del 2050 deberá haber superado nuestra obsesión histórica con el Producto Interno Bruto como la única métrica de éxito nacional. Si bien el crecimiento material es indispensable, en una sociedad longeva el éxito se medirá por indicadores mucho más profundos y humanos. El progreso real se cuantificará observando la esperanza de vida saludable, la reducción sistemática de los niveles de soledad en nuestros barrios, la participación social activa de todas las edades y la solidez de nuestra cohesión intergeneracional. El bienestar emocional dejará de ser una aspiración poética para convertirse en el indicador de desarrollo más riguroso del Estado.

Sin embargo, alcanzar este nivel de desarrollo requerirá domar el ímpetu de nuestra propia creación: la tecnología.

Costa Rica deberá encontrar un equilibrio magistral entre la innovación desbordante, los límites de la ética y la preservación del bienestar humano. La tecnología, la inteligencia artificial y la biomedicina deben mantenerse siempre como nuestras herramientas de servicio, jamás como los fines últimos de nuestra civilización.

El historiador Yuval Noah Harari nos advierte con gran lucidez que la ciencia y la tecnología tienen el poder fáctico de extender la vida humana mucho más allá de nuestros límites biológicos actuales. Pero una longevidad puramente tecnológica, desprovista de un propósito vital, es la antesala de un vacío existencial aterrador.

Toda esta transición monumental requiere un tipo de liderazgo que hoy escasea. No necesitamos el liderazgo de la confrontación estridente, ese que divide para reinar. La revolución demográfica exige un liderazgo de visión serena. Un fenómeno de esta magnitud no admite la improvisación. Exige un diálogo amplio, honesto y permanente entre el gobierno, el sector privado, la academia y la sociedad civil.

El riesgo de no actuar, de ignorar esta transición demográfica, es asomarse a un precipicio. Si optamos por la negación, enfrentaremos una crisis fiscal devastadora, el debilitamiento irreversible de nuestras instituciones más sagradas, una desigualdad creciente entre quienes pueden pagarse su vejez y quienes no, y una dolorosa fragmentación social. Las crisis

demográficas poseen una crueldad particular: no ocurren de un día para otro con un estallido; se construyen lenta y silenciosamente frente a nuestros ojos, hasta que una mañana nos despertamos descubriendo que se han vuelto irremediables.

Pero prefiero apostar por nuestra capacidad de asombro y superación. Costa Rica tiene ante sí la inmensa oportunidad de convertirse en el primer modelo verdaderamente exitoso de una sociedad longeva en América Latina. Podemos ser el laboratorio regional de innovación en envejecimiento saludable y el gran referente global de cómo se construye una cohesión social madura. Nuestra historia nacional está repleta de momentos donde demostramos una capacidad excepcional para anticiparnos a los desafíos estructurales. Esta es nuestra nueva gran oportunidad.

El progreso en el siglo XXI ya no se medirá por la simple expansión territorial o el crecimiento ciego de la población. Se medirá por nuestra capacidad de garantizar una calidad de vida prolongada, por la firmeza de nuestra estabilidad social, por una productividad sostenible que respete la naturaleza, y por la defensa ineludible de la dignidad humana. Si logramos integrar la salud preventiva, las pensiones justas, la educación sin fecha de caducidad, el trabajo reinventado y las ciudades compasivas en una sola visión común, demostraremos algo inmensamente poderoso al mundo. Demostraremos que un país puede envejecer sin perder un ápice de su dinamismo. Que podemos vivir más años sin perder jamás la esperanza. Porque al final del camino:


*El verdadero reto no es
añadir años a la vida.
Es asegurarnos, juntos,
de que esos años estén
repletos de vida.*



Conclusión

El Tapiz de una Nación

La Memoria Compartida.



*El verdadero fracaso de Costa Rica
no sería envejecer;
el fracaso imperdonable sería
llegar a viejos en un país que haya
olvidado cómo abrazar.*

Escribir las últimas líneas de este libro encierra un significado que trasciende el análisis demográfico. Este volumen no es una obra aislada; es el trazo final de una colección monumental, el punto de convergencia de veinte libros que, juntos, conforman el mapa genético del pensamiento y la aspiración nacional. Tras haber recorrido los pasillos del servicio público, las juntas directivas del sector empresarial y los micrófonos donde he tenido el privilegio de escuchar a los costarricenses más brillantes de nuestra época, me detengo a contemplar la obra completa. Veo a Costa Rica no como un expediente técnico, sino como un inmenso y vibrante tapiz, tejido con hilos de colores que representan las luchas, las victorias y los sueños de nuestra República.

La Educación, fue el primer hilo que enhebró nuestra identidad. Nos enseñó que la libertad de un pueblo comienza en el aula, una promesa que hoy debemos extender a lo largo de toda nuestra vida.

La Salud, forjó el milagro de nuestra longevidad, arrebatándole décadas a la muerte para entregárnoslas como un lienzo en blanco.

La Infraestructura, trazó los caminos que nos unieron, recordándonos que los puentes de concreto deben servir para acercar a las personas, no para marginarlas.

El Turismo, abre nuestras puertas al mundo.

La Agricultura y la Pesca, honra las manos encallecidas que, desde la tierra y el mar, nos dieron el sustento originario.

Energía, nuestro progreso se encendió con ella.

Sostenibilidad, abrazamos nuestro ambiente, entendiendo que no somos dueños del paisaje, sino sus custodios temporales.

Afrontamos el rigor de la historia con la **Reforma del Estado** y del **Estado Empresario**, buscando siempre aquel equilibrio frágil pero indispensable entre la agilidad del mercado y la justicia social.

Protegimos la paz de nuestras calles con el Blanco impoluto de la **Seguridad Ciudadana**, un ideal que se defiende con inteligencia y cohesión, no solo con fuerza.

Vimos a nuestra juventud coronarse en el esfuerzo y la disciplina a través de los **Deportes**, y encendimos la chispa del futuro con la **Innovación Tecnológica**, el motor que nos permitirá prosperar cuando las manos comiencen a faltar.

Nuestra estructura social fue hilvanada con las **Municipalidades**, la trinchera más cercana al ciudadano donde se construye la verdadera democracia. Y precisamente esa **Democracia**, representada en la

elegancia del color Negro, se mantuvo erguida como el pilar innegociable de nuestra convivencia civilizada. Un pilar que se nutrió de nuestra inmensa solidaridad ciudadana, plasmada con los temas del **Movimiento Solidarista** y **Cooperativismo**, movimientos hermanos que nos demostraron que la riqueza verdadera solo perdura cuando se comparte.

Sobre todo este entramado, brilla con luz propia el Arcoíris de nuestros **Valores y la Inclusión Social**, la reserva moral inagotable que nos define como costarricenses frente a la adversidad. Y finalmente, bañando este tapiz con su luz, encontramos la **Cultura**, el eco de nuestros poetas, de nuestros músicos y de nuestros ancestros.

La Revolución Demográfica es el volumen que hoy cierra esta enciclopedia nacional. Y no es casualidad: este tema marca una madurez plena, un otoño luminoso donde el conocimiento se decanta y adquiere su forma más esencial. La demografía no es una estadística fría; es el hilo dorado que atraviesa y amarra todos los demás colores. No podemos repensar la educación, la infraestructura, la salud o la economía si no entendemos quiénes seremos, cuántos seremos y cuántos años tendremos.

Durante los meses de investigación para esta obra, me encontré constantemente con rostros. Rostros surcados por el tiempo, miradas que guardan el asombro del siglo pasado, y manos temblorosas que construyeron las instituciones que hoy nos cobijan con tanta naturalidad. Comprendí que la revolución demográfica, en el fondo, se trata de nuestros padres, de nuestros abuelos y, frente al espejo, de nosotros mismos.

Llevamos en nuestro ADN el “pura vida”, que en su expresión más elevada no es una frase turística, sino un juramento de respeto profundo por la existencia del otro. Ningún fondo de pensiones billonario, ninguna ciudad inteligente, ninguna política de Estado podrá sustituir jamás el calor irremplazable de una comunidad que cuida genuinamente de los suyos.

Cierro estas páginas, y con ellas esta colección de una vida, con el corazón lleno de una esperanza indomable. Me niego a creer que los mejores años de Costa Rica quedaron atrás, atrapados en la nostalgia de nuestra juventud demográfica. Los mejores años, los años dorados de nuestra

República, están por venir. Estarán anclados en la sabiduría profunda de una sociedad que aprenderá a caminar un poco más lento, pero con pasos inmensamente más firmes, más compasivos y profundamente más humanos.

Que este privilegio histórico de sumar años a la vida se convierta, para siempre, en el arte supremo de sumar vida, dignidad y memoria compartida a nuestros años. Que así sea el futuro de la Costa Rica que tanto amamos.

La verdadera riqueza de una sociedad no está en su juventud, sino en lo que hace con su experiencia



Reto de la Revolución Demográfica Siglo 21

Por: Jorge Woodbridge González

CIUDADANOS COMPROMETIDOS
**RETO
SIGLO
21**
CON COSTA RICA

RETO SIGLO

JORGE WOODBRIDGE GONZÁLEZ

Ingeniero químico por la Universidad de Costa Rica, con estudios en Incae Business School y Ipade. Fue director del ICT, viceministro de Economía (2006-2008) y ministro de Competitividad (2008-2010). Es asesor financiero, fundador del Banco de Fomento Agrícola y profesor en la UCR. Ha dirigido diversas empresas y asociaciones, y es autor de varios libros sobre economía y sociedad.