

Tiempo y calidad de vida

Maria Ángeles Durán

Catedrática de Sociología Económica y profesora de investigación *ad honorem* en el Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC)¹

Tiempo, calidad y vida son tres conceptos difíciles de definir, aunque todo el mundo tenga una percepción subjetiva de en qué consisten.

El concepto de vida ha ocupado todo el arco del pensamiento y la investigación, desde los filósofos hasta los biólogos. Hoy asistimos al gran despliegue de medios tecnológicos en la búsqueda de algún tipo de vida fuera de la Tierra, quizá basada en elementos muy distintos de los que componen la vida sobre nuestro planeta. Otra cosa es la definición de vida humana, que cada día se ensancha con nuevas aportaciones referentes al momento de su inicio o de su final. Las últimas, por ejemplo, se refieren a la posibilidad de algún tipo de vida más allá de la muerte cerebral, y si esa vida puede realmente considerarse vida humana. En cuanto a sus comienzos, es apasionado y conflictivo el debate sobre cuándo, a partir de las primeras células, puede hablarse ya de vida humana. Ese es el debate que centra los conflictos ideológicos y sociales en torno al aborto o al reconocimiento de condición humana a los fetos.

En sus raíces, lo que este debate pone de manifiesto es la tensión entre el concepto de potencia y el de acto, o el de probabilidad y efectividad, que han estado presentes en nuestra cultura desde sus mismos orígenes. Entre la consideración de la vida humana en potencia (los óvulos, el semen) como verdadera vida humana y la limitación de este reconocimiento a los nacidos vivos que ya han alcanzado un cierto período de supervivencia tras el alumbramiento (de 24 horas en la mayoría de los casos, pero en algunas sociedades más tarde), hay múltiples ejemplos de las opciones que históricamente han elegido distintas sociedades. En este momento, la mayoría de las legislaciones se inclinan por fijar un plazo dentro de la gestación para el reconocimiento de que se trata de vida humana de facto y no sólo en potencia, sin que

¹ Maria Ángeles Durán es autora de 'El valor del tiempo' y otras publicaciones en este campo, que pueden accederse a través de la web Digital CSIC. Ha recibido el premio Nacional de Investigación en Ciencias Económicas, Sociales y Jurídicas Pascual Madoz y es *doctora honoris causa* por las Universidades de Valencia, Granada y Autónoma de Madrid. Colabora de modo habitual con entidades académicas y sociales internacionales.

haya unanimidad sobre cuál es ese momento. En la mayoría de las sociedades sólo los nacidos vivos generan derechos civiles relativos a herencia y similares. En el umbral opuesto al nacimiento, el de la muerte, tampoco hay unanimidad; algunas de las creaciones culturales más arraigadas y complejas se refieren a formas de supervivencia de la vida después del momento físico de la muerte, y las innovaciones tecnológicas (conservación por hibernación, etc.) que permiten la detención o redefinición de la vida y la muerte ya se han instalado en la cultura popular, además de en la científica.

El tiempo, como puede verse, se entrecruza desde sus comienzos con el concepto de vida humana y sigue prolongándose en íntima asociación incluso después de la muerte.

La calidad de vida es un concepto que ha atraído principalmente la atención de cuatro sectores del pensamiento: económico, sociológico, psicológico y sanitario. De investigarla se ocupa, entre otras, la [*International Society for Quality of Life*](#). Comenzando por los sanitarios, la [*Organización Mundial de la Salud*](#) (OMS) ha declarado de modo contundente que su objetivo no es tanto añadir años a la vida como añadir vida a los años. Con esta declaración de objetivos, el tiempo cobra un lugar preeminente en la investigación y políticas sanitarias. En los países desarrollados, cada año aumenta más de un mes la esperanza de vida al nacer (algunos analistas la fijan en tres meses por año en los inicios del siglo XXI en España), lo que significa un crecimiento constante, aunque lento, de la longevidad. Sin embargo, los últimos años de vida son con frecuencia años difíciles, sobrecargados de enfermedades y padecimientos. Por eso, la Organización Mundial de la Salud se refiere implícitamente a la calidad de la vida, en contraposición a la cantidad de la vida. En este momento, tanto en España como en la mayoría de los países desarrollados, se están produciendo cambios legislativos para acomodarse a una nueva situación demográfica y tecnológica en la que la organización sanitaria y el conjunto de la sociedad puede evitar la muerte sin ser capaces de evitar la pérdida de la salud. El derecho a la vida se convierte en algunas circunstancias en una terrible obligación de vivir bajo pésima calidad de vida. Por ello, los legisladores están comenzando a aceptar que el derecho a la decisión sobre el final de la propia vida le corresponde más al ciudadano afectado que a ninguna otra institución.

En cuanto al pensamiento económico, hasta hace pocas décadas los indicadores de progreso, e implícita o expresamente los de calidad de vida, se identificaban casi exclusivamente con los indicadores de crecimiento de la producción de bienes y servicios que se intercambian mediante dinero en el mercado. Su síntesis eran los indicadores derivados del producto interior bruto (PIB) y, un paso más allá, los indicadores de producto interior bruto per cápita. Las críticas a los indicadores de progreso o desarrollo relacionados exclusivamente con el crecimiento de la producción han venido de la mano del pensamiento económico crítico, pero sobre todo ha surgido y se han desarrollado en el campo de la sociología, la psicología y el pensamiento político. El ciclo de vida se ha alargado y eso es, sin duda, una gran conquista, pero el tiempo diario disponible ganado en la producción de bienes gracias al avance

tecnológico se ha desvanecido en gran parte por la pérdida de tiempo debida a los transportes diarios y al aumento de fastidiosas gestiones burocráticas.

En el año 1995, en la Conferencia de la Mujer de Naciones Unidas (Pekín), se aprobó la llamada Plataforma de Acción, que aceptaron España y todos los países asistentes, lo que prácticamente quiere decir todo el mundo. En esta Plataforma de Acción se reconocía que los indicadores macroeconómicos del tipo PIB invisibilizan gran parte del esfuerzo económico en todos los países, y recomendaba una completa revisión del marco macroeconómico de análisis para dar cabida al trabajo no remunerado, especialmente el que se realiza dentro de los hogares sin mediar un intercambio monetario directo. En aquel momento no existían herramientas estadísticas que permitiesen generar nuevos indicadores, y por esa razón en todo el mundo se han desarrollado en las últimas décadas las llamadas Encuestas de Uso del Tiempo, que han permitido una visión más compleja de la economía real en todos los países. Los premios Nobel de economía Stiglitz y Sen, en un informe firmado junto a Fitoussi, han destacado recientemente esta misma necesidad, para que la economía del desarrollo no sea solamente una economía del mercado y para el mercado.

En España, según datos para el año 2010, que son los más recientes de la gran encuesta del INE sobre empleo del tiempo, el trabajo no remunerado que se produce diariamente es un tercio mayor que el trabajo que se incorpora al mercado. Con los datos de esta encuesta, y la anterior celebrada en 2003, resulta que en el corto periodo de siete años el tiempo dedicado en los hogares al cuidado no remunerado ha aumentado un 47%. Este enorme aumento se debe a varias causas: envejecimiento, mayor proporción de jubilados, desempleo, restricción de servicios públicos y rentas familiares, corrección política respecto al reparto de las cargas domésticas entre mujeres y hombres que conlleva un aumento del número declarado de horas dedicadas al hogar, y aumento real de la participación de los varones, especialmente de los jubilados y los jóvenes.

Con las encuestas de uso del tiempo se ha podido conocer mejor la estructura de distribución del tiempo entre distintos grupos sociales, tales como jóvenes y mayores, mujeres y hombres, ocupados y desempleados, así como sus diferencias territoriales, que en España son bastante visibles.

El tiempo aparece en dos ejes fundamentales: como un recurso escaso que no permite desempeñar actividades durante más de 24 horas diarias, y como un recurso flexible que obliga a estructurar el uso del tiempo de modo diferente a lo largo de un ciclo vital que cada vez se acrecienta más en las últimas etapas. Con una esperanza de vida que sobrepasa los ochenta años, y más de 20 por delante para quienes alcanzan los 65, el tiempo post-laboral, teóricamente tiempo de júbilo o jubilar, es ya más largo que el tiempo de juventud que transcurre entre los 15 y los 30 años.

La escasez de tiempo y el sentido de pobreza de tiempo disponible son más acusadas en las mujeres que en los varones. La disponibilidad de tiempo para sí mismo es mínima en las mujeres de edades centrales debido a su doble jornada, y la diferencia entre el tiempo disponible para sí mismo entre hombres y mujeres es máxima en las edades avanzadas, porque los hombres abandonan el mercado de trabajo sin incorporarse plenamente a la producción de servicios en los hogares, en tanto que las mujeres continúan produciendo servicios en los hogares hasta que su salud precaria se lo impide.

Aunque el tiempo diario no puede expandirse, sí puede intensificarse el ritmo de actividad, la superposición de tareas. Gran parte de la llamada conciliación entre vida profesional y personal se resuelve así, densificando actividades dentro de reducidos márgenes de tiempo. La densificación no es el equivalente, o sólo remotamente, del aumento de productividad que propició la revolución industrial. La densificación es un mal menor, generalmente soportado porque sólo gracias a ella se obtienen los recursos imprescindibles para la supervivencia personal y la independencia económica.

La escasez de tiempo disminuye la calidad de vida; pero también la disminuye, paradójicamente, el exceso de tiempo, el tiempo desestructurado, la sensación de vacío y el no sentirse necesario. El paro consecuente a la crisis económica ha generado millones de horas libres entre los desempleados, pero con frecuencia no se traduce en mejora de su calidad de vida. El horror al vacío se manifiesta, sobre todo tras la jubilación, en agendas sobrecargadas de actividades voluntarias que no dejan resquicios libres. La conquista del tiempo libre se transforma en esos casos en el miedo al tiempo despoblado de deseos, proyectos, reconocimiento social y acciones participativas. Otras encuestas, en buena parte llevadas a cabo desde el Consejo Superior de Investigaciones Científicas en proyectos de investigación del Plan Nacional de la Ciencia, así como desde el Centro de Investigaciones Sociológicas, han aportado más información sobre aspectos subjetivos del uso del tiempo, y su relación con la calidad de vida. El INE ha aportado multitud de datos a través de la Encuesta de Condiciones de Vida, especialmente en el módulo sobre bienestar que se integró en la encuesta del año 2013, pero no se han introducido variables referentes al uso del tiempo, por lo que no es posible cruzar indicadores de tiempo y calidad subjetiva de vida en esta encuesta.

Lo que distintos estudios sobre sentimiento de bienestar o felicidad han puesto de relieve en diversos países es que no hay una asociación directa e intensa, determinante, entre los indicadores de producción o renta y los de felicidad o bienestar subjetivo. Las condiciones materiales de la existencia son muy importantes, pero no lo son menos otras condiciones como la disponibilidad de suficiente tiempo para la vida personal, el sentido de pertenencia, la posibilidad de hablar libremente con amigos o familiares y el sentimiento de sentirse querido.