



La punta y el iceberg.

Se vale opinar.

Martha Galindo.

Abril 2, 2022.

TRAVESÍA.

“Solo se vive una vez, pero si lo haces bien, una vez es suficiente, pues no importa que tan larga es la vida, sino que tan ancha es TU vida” (Dicho popular). Motivo de admiración, compasión, burla o abuso, la vejez, tercera edad o senectud, es la etapa vital que comienza para algunos autores a los 60, para otros a los 65 años pero termina sin discusión, al mismo tiempo que la vida. Durante este período ocurre gradual o rápidamente -según el caso- un declive de sistemas corporales, fuerza física, capacidades cognitivas, y tal vez para varios, los trastornos neurológicos. Hay quien dice que empezamos a preparar nuestra ancianidad desde que nacemos y creo que hay mucha verdad en ello, pues no sólo la genética (de la que no somos responsables), sino los hábitos, costumbres, insatisfacciones, entre otros temas, los vamos ‘cocinando a fuego lento’ día con día, año tras año y cuando está más cerca el final del ciclo algunos cobran facturas crueles y otros producen satisfacciones gratas, según haya sido el método de cocción empleado.

Hemos conocido o convivido con ancianos lúcidos, animosos, maestros de vida que: *“rompen las reglas, perdonan rápido, aman de verdad y nunca dejan de sonreír por más extraño que sea el motivo”* (frases de la vida). Supongo que han entendido que el calendario no es quien domina el modelo de vejez individual, sino que es su actitud y su mente quien marca la pauta. También hay los que no sanaron adecuadamente cicatrices físicas o emocionales de alguna etapa previa y son quejosos, negativos, insatisfechos y vierten ‘ácido’ a su alrededor. Si conociéramos más sus ‘luchas’ personales anteriores quizá entenderíamos mejor sus ¿por qué? Hay otros que quisieran disfrutar una mejor senectud y no pueden. Por enfermedad, abandono, abuso de terceros o pobreza, parecen confinados a deambular -que no vivir- sin la dignidad que merecerían.

¿Estamos por convertirnos como dijo Redeker en ‘fábricas de viejos’?

Adelantos médicos, decrecimiento en nacimientos, menor mortalidad en población infantil, trabajos menos rudos y otras causas, modifican la pirámide poblacional y México no está exento del fenómeno. Si sabemos que hacia allá va la población, es apremiante ofrecer más soluciones a dicha generación, que en mayor o menor grado tiene temores: a la muerte, enfermedades incapacitantes, dependencia de terceros, escasez o inseguridad de ingresos, exceso de recuerdos e incertidumbre de futuro. Las pensiones ayudan sobre todo a los más necesitados, pero también la posibilidad de desempeñar labores remuneradas donde sean útiles, productivos. Las actividades recreativas, culturales y formativas que imparten instituciones para ese grupo de edad; los servicios de salud bien atendidos, abastecidos, amigables, que sean eso, y no un viacrucis en sus vidas. Servicios urbanísticos adecuados: rampas, barandales, letreros visibles, transportes con adecuaciones para su edad y condición. Y todo sin olvidar las necesidades de los ancianos del campo cuyos retos pueden ser mayores y sus alternativas menores. Pero sobre cualquier ayuda material para el grupo etario, debe prevalecer: la comprensión, afecto, escucha activa de quienes los rodean y que, si el destino no dispone otra cosa, llegarán tarde o temprano a vivir también esa feliz o dolorosa, última edad.