

EL INVIERNO DE LA VIDA



Yo comparo el calendario cronológico con las cuatro estaciones referentes a la vida. Desde el momento de nacer, caminamos hacia la muerte.

Pero como toda primavera, la niñez y adolescencia es una vida que se abre y se desarrolla bella y vigorosa hacia el verano, durante el cual llega la madurez, de todos esos sueños e ilusiones que alimentó nuestra juventud, y como fruto nos dio esos hijos, que ahora sin darnos cuenta, nos hacen abuelos, pues nos parece que fue ayer cuando nosotros fuimos padres.

Y aquí empezamos el otoño, comienza ese período de la vida próximo a la vejez y empiezan los problemas, tanto de asimilación, como de asunción de todas esas variantes que desencadenan la pérdida de juventud y empezamos a inquietarnos ¡Si hasta ahora no he sentido nada! Y ante estas carencias de salud, sin ahondar en problemas más graves, claro, —me refiero a esas deficiencias que aporta el paso del tiempo...— hemos llegado al umbral de la vejez. “Uff, si todavía nos queda mucho para eso” me dice una amiga muy optimista que se niega a envejecer. Pero es tontería, los años no pasan en balde y cobran factura, a unos más que a otros, es verdad pero no se puede competir ya con los hijos en algunas cruzadas y debemos admitirlo y portarnos cual somos, abuelos. No quiero parecer derrotista pero ésta es la realidad.

La ciencia médica adelanta que es una barbaridad, y la calidad de vida actual hace que tengamos una vida más prolongada, hombres y mujeres, sobre todo nosotras que, mal llamadas sexo débil, somos más longevas y más de todo, según las encuestas ¡Por algo será! Es inútil negar el envejecimiento y aferrarse al cuerpo como si fuera eterno ¡Esta vida es tan breve! Más de una se rebelará con esta afirmación y actúa como si jamás se fuera a morir pero lo que no puede ser no puede ser y además es imposible. Hay que prepararse para los múltiples retos que nos esperan con la vejez, sobre todo, mentalmente y luego con los medios que están a nuestro alcance para suavizar los achaques que comienzan ya, en esta edad fronteriza.

M^a Jesus Magaña Ondartza

Por último se acaban las hojas del calendario y caerá la última, la del invierno de la vida que es la que más tememos, porque ignoramos cómo nos pillarán. Llegando a los cincuenta empezamos a rodar en pendiente, yo que soy pesimista por naturaleza me pongo a pensar ¡Qué poco me queda! Y te fijas en tu alrededor y ves una mayoría de personas de la tercera edad. No sé porqué dirán eso, a mi no me gusta, es mejor decir gente mayor. Algunos identifican la ancianidad, con senilidad o inutilidad, lo cual no es cierto, hay mayoría que mantiene una vida activa, ejercitando la memoria y adoptando buenos hábitos de vida y ello influye en la salud física y psíquica, aunque la genética también cuenta

Me voy a detener en la soledad de algunos ancianos cuando llega la jubilación, que cada vez es más pronta. Entre los sesenta y los setenta hay unos años de bienestar y disfrute, que contrasta con los que sobrepasan los setenta y cinco o más y quedan confinados en casa porque enferman o muere el cónyuge. En este tiempo aparece el aislamiento e introversión incluso dentro de la propia familia, y no digo ya viviendo solos. Se hacen más vulnerables a cuanto les rodea y se produce la depresión, que hay que vigilar, pues muchos ya no quieren vivir, se hacen desconfiados, se agría su carácter. La atención a los mayores requiere una dedicación, y no estamos preparados para la ancianidad que viene.

No es extraño que surjan asociaciones como Asperso (Asc. personas solas). Nuestros mayores necesitan que se les hable y escuche, en casa o en la calle. Algunos viven una situación crítica con sus familias, y el problema más frecuente es la incomunicación. Sirva como ejemplo lo que me ha ocurrido muchas veces yendo por la calle de paseo y en concreto en el paseo de Gabierrota, frente a la Residencia ¡Por qué será? Siempre se encuentra un anciano sentado, que inicia conversación porque está ávido de contar sus problemas, en sus hogares o residencias. Algunos parecen más producto de la fabulación que hechos reales. ¡Pero cómo vá a pasar eso, no puede ser cierto ¡Pero la realidad supera la ficción y si por unos minutos les haces felices sólo escuchándolos o interesándote por ellos, lo agradecen tanto, que sólo por verles la cara alegre que ponen merece la pena oírles!

Siempre hay un tiempo para la ternura. Seamos solidarios con nuestros mayores, nosotros vamos por detrás y por mucho que se invente, la sociedad será la misma o quizá peor, y entonces, ¿qué harán con nosotros? ♦