

HOY

Opinión 21-05-2020

Personas mayores y crisis sanitaria: una posibilidad de encuentro

Durante las últimas semanas, hemos podido presenciar gran cantidad de información circulando por los medios de comunicación respecto al COVID19. Entre éstas, resulta reiterativa la constatación de que las personas mayores de 60 años son uno de los principales grupos de riesgo y de mayor mortalidad por el virus, situación que ha despertado el interés de los expertos, quienes rápidamente han elaborado manuales con medidas de seguridad para el control y asistencia de este grupo. Estas indicaciones también se extienden a los cuidadores de las personas mayores en situación de dependencia, promoviendo que desarrollen actividades de estimulación para el manejo de su ansiedad, como también se ha "alertado" sobre los mayores que viven solos, propiciando en ellos el uso de tecnologías, para disminuir la posible aparición de síntomas depresivos.

Sin embargo, llama la atención que esta información solo ubique a las personas mayores como sujetos de asistencia y protección, carentes en la toma de decisiones, y como individuos que de forma pasiva recibirían las indicaciones de los expertos y organismos especializados. Tal como sucede frecuentemente en el abordaje que los medios de comunicación realizan de las temáticas que conciernen a los niños, ubicándolos como sujetos de derecho, pero incluyéndolos de una manera pasiva respecto a los asuntos que los atañen. Una preocupación para el resto, tanto para los familiares como para los operadores sociales y sanitarios.

Pareciera entonces que las personas mayores fuesen una masa de desvalidos y vulnerables. Esta universalización de la vejez impide reconocer la inmensa variedad de situaciones y experiencias vitales incluidas en la "categoría de riesgo". Si bien existen personas mayores que requieren de cuidados - tanto por tener una edad muy avanzada, como por condiciones previas de salud-, en el grupo de los considerados mayores, hay muchos que todavía están activos, productivos, e involucrados en las tareas sociales a distintos niveles. La amplia mayoría de las personas mayores son capaces de comprender el contexto actual de crisis sanitaria, y más aún, de tomar sus propias decisiones respecto a su cuidado y bienestar. Por tanto, aquellos discursos que los representan solamente como personas

que requieren tutela y asistencia, dan cuenta del desconocimiento sobre este grupo etario, y de su experiencia heterogénea y diversa de envejecer. De esta manera, se mantiene una idea de vejez, asociada a la decrepitud y fragilidad, ignorando los avances que en materia de inclusión y de reconocimiento de los mayores se han impulsado.

Otras de las consignas difundidas en estos días por los medios de comunicación, ha sido el mantenernos ocupados, buscar actividades para hacer en casa, aprovechando al máximo los recursos que nos ofrecen las redes sociales, evitando así angustiarnos y dirigiendo nuestra energía hacia pensamientos positivos. No obstante, es importante no confundir la búsqueda de intereses, la conexión con los aspectos vitales, la posibilidad de generar nuevos aprendizajes, con el evitar los temas dolorosos. La disponibilidad en acompañar, en apoyar en el enfrentamiento de temores y dificultades, nos permite a todos detenernos a mirar nuestra forma de vida actual, es decir, esta necesidad maníaca de productividad, que aboga por llenar todo espacio y tiempo. Las conversaciones con los padres y abuelos nos puede permitir darnos cuenta que el mundo a portada de un click puede resultar difícil, frustrante e incluso dañino para quienes en sus experiencias de vida no están acostumbrados a la inmediatez de las relaciones sociales, así como al protagonismo del uso y valor que adquieren las TICS, donde muchas veces las plataformas y aplicaciones mayormente difundidas, no son del todo amigables con las personas mayores.

Al igual que cualquiera de nosotros, los mayores se ven afectados por el contexto de crisis sanitaria que enfrentamos, pudiendo sentir preocupación, inseguridad y muchas veces temor, entre otras, pero a ventaja nuestra, cuentan con una inmensidad de recursos, y herramientas desde sus propias trayectorias vitales que les permiten poder enfrentar este proceso, con una disposición y percepción distinta, que debiésemos valorar y aprender a escuchar. Hoy, se vuelve necesario y enriquecedor poder propiciar espacios de encuentro y conversación sinceros con los mayores, que sean capaces de acoger sus vivencias, y dar cabida a sus temores y a la angustia que pueden sentir, cuando el bombardeo informativo repite incansablemente que son un grupo de altísimo riesgo. Disponer de un espacio seguro, acogedor, que nos permita hablar de la muerte, se vuelve crucial para transitar desde actividades productivas, a actividades de introspección-reflexión, que den cabida a las emociones.

Estamos convencidas que una de las oportunidades que ofrece esta crisis mundial, apunta a transformar nuestra relación con las personas mayores, y a valorar el profundo conocimiento y experiencia que tienen en su poder. La sabiduría con la que han sido capaces de enfrentar, no una crisis sino múltiples momentos adversos en su vida, se vuelve hoy un tremendo aprendizaje para otras generaciones. El desafío está, en construir puentes con las personas mayores, que nos permitan vincularnos desde el reconocimiento mutuo, valorando y agradeciendo su sabiduría, y avanzando en diálogos más honestos con nuestro sentir, aunque implique hablar de aquello que no se quiere escuchar, transformándose en espacios de crecimiento para todos.

(Luisa Castaldi
Psicóloga Università degli Studi di Roma "La Sapienza", Italia
Jefa de Docencia Escuela de Psicología PUCV
Magíster Psicología Clínica UDP

Nicole Mazzucchelli
Trabajadora Social
Doctora© Psicología PUCV.
Académica UVM-PUCV)