

# *De la vejez: Alegrías y sinsabores*

---



*por Alina M. Lotti*

En los próximos años Cuba apunta a ser una de las naciones más envejecidas del continente. Urge crear facilidades para quienes viven la tercera juventud. De ahí la importancia de ajustar políticas públicas, educar a la población y trabajar todos para que los más experimentados afronten a plenitud esta etapa de la vida.

Una madre cuenta que su pequeño con la curiosidad de quien oye una nueva palabra, pero aún no entiende su significado, le pregunta: ¿Qué es la vejez? En una fracción de segundo, ella hace un viaje al pasado. Se acuerda de los momentos de lucha, de las dificultades, de las decepciones. Siente todo el peso de la edad y de la responsabilidad sobre sus hombros. Vuelve a mirar a su hijo.

“Mira mi rostro, hijo, esto es la vejez”. Le muestra sus arrugas, la tristeza de sus ojos. Para su sorpresa, luego de observarla unos instantes, el pequeño comenta: “¡Mamá! ¡Cómo es la vejez de bonita!

Preciosa alusión a un estado de la vida que no siempre los seres humanos saben aquilatar.

La vejez trasciende las arrugas de la piel, el cuerpo cansado, la mente distraída. Vejez es sabiduría, experiencia, es la posibilidad de discernir entre lo valioso y lo superfluo, entre lo auténtico y lo falso. Sin embargo, por muchas y variadas razones, no siempre ella es creadora de amor y cuidados, de comprensión y ayuda, al margen de las carencias materiales que están presentes.

Nuestra sociedad es una de las más envejecidas del continente, con cifras comparadas a las que ostentan algunas naciones desarrolladas. Si en 1985 el 11,3 % de la población cubana tenía 60 años y más, en el 2010 se elevó al 17,8 % y en el 2012 —según el Censo de Población y Viviendas— fue de 18,3 %, con dos millones 41 392 adultos mayores.

¿Ello es bueno o malo? El especialista Juan Carlos Albizu, del Centro de Estudios Demográficos de la Universidad de La Habana (CEDEM), aseguró que tal situación es fruto de lo que la Revolución ha logrado durante todos estos años en materia de educación y salud.

No obstante, prefiere siempre ilustrar esta realidad con las palabras de su homóloga panameña Carmen Miró, cuando dijo: el problema no es que la población crezca mucho o poco, sino cómo satisface sus necesidades individuales.

Según el demógrafo es importante tener en cuenta que existen tres indicadores que influyen en la población: mortalidad, migraciones y fecundidad, entendida esta última como la capacidad efectiva de una mujer, un hombre, o una pareja, para producir un nacimiento.

Todo lo anterior apunta, efectivamente, a que el proceso de envejecimiento en Cuba —ocurre cuando más del 12 % de su población tiene 60 años o más— va en ascenso, por lo que se precisan políticas adecuadas que garanticen una mejor atención. Y en tal propósito muchos caminos tienen por recorrer los ministerios de Educación, Salud Pública y Trabajo y Seguridad Social.

No obstante, si bien es cierto que desde el punto de vista material son imprescindibles recursos como sillas de ruedas, bastones y una alimentación adecuada, también es necesario eliminar trabas y obstáculos burocráticos para quienes hoy “viven la tercera juventud”, como escuché decir a alguien recientemente.

El asunto de las barreras arquitectónicas sigue siendo un asunto pendiente, así como el establecimiento de paradas de ómnibus muy distantes lo cual puede ser la causa de fatiga y cansancio. También están sin resolver —salvo excepciones— la creación de facilidades para que los ancianos puedan estar sentados mientras realizan colas en los bancos, notarias, bufetes colectivos, u en otros lugares donde se realizan trámites.

Debemos tener muy presente que en el hogar los adultos mayores no son “ciudadanos de segunda clase”. Hay que respetar sus derechos, opiniones y decisiones. Al fin y al cabo, son los de más edad y todo lo que se haga contrario a ello puede resultar contraproducente.

La socialización —ya sea para realizar ejercicios en la propia comunidad, hacer visitas, e incluso otras tareas de bien común, como repasar a los niños y arreglar uniformes— es un antídoto efectivo contra el sedentarismo y la práctica de no hacer.

Un lector del periódico Trabajadores, escribió hace unos años sobre el tema desde el municipio Puerto Padre, provincia de Las Tunas. Israel Leyva Luján decía en ese entonces: “La vejez es real y la muerte es segura (...) Los viejos se van, pero si es con alegría en sus rostros, sería mucho mejor”. Tomemos estas palabras como una sentencia final y asumamos frente a los adultos mayores la mejor de las actitudes posibles. Cuidarlos con amor es un deber de hijos. Reverenciarlos es un deber humano y social.

(CubaSí)



**Radio Habana Cuba**