

# Los mayores en el medio rural, una experiencia personalista

Luis Enrique Hernández González

Animador de Cáritas Rural de La Rioja. Miembro del Instituto E. Mounier

## **Envejecemos; no cabe duda**

Es una realidad que nadie niega ya, que nuestra sociedad, especialmente la de los países más desarrollados, está envejeciendo de forma alarmante. Sin ir más lejos, en España, la última encuesta realizada por el INE en 1999 nos coloca en el farolillo rojo de la natalidad universal, con un descenso vegetativo que desborda las peores previsiones.

Esta situación de progresivo envejecimiento se produce básicamente por dos motivos: en primer lugar, porque nuestro@s moz@s casader@s hace tiempo que no están por la labor de traer hijos a este mundo. El motivo sería muy denso a la vez de interesante de abordar, pero no es tema en el que quiera entretenerme en este artículo. El segundo motivo es que nuestros mayores, a Dios gracias, tienen la costumbre, desde hace ya unos años, de vivir más tiempo. Uno recuerda cómo, no hace todavía mucho tiempo, cuando un abuelo llegaba a los 100 años de edad, le hacían un reportaje en el NODO y le sacaban con un pastel lleno de velas, que a duras penas podía apagar él solo, y le ponían una medalla y le nombraban el abuelo de la localidad...

Hoy quienes tenemos la suerte de movernos entre la gente que habita nuestro medio rural, la España profunda que diría alguno, podemos comprobar que esa frontera de los 100, ya no es noticia, que quien más, quien menos todo pueblo tiene algún abuelo centenario... y media docena en torno a los 90.

Es una realidad indiscutible que la vida nos regala más tiempo (entre 10 y 15 años más), pero sería una paradoja e incluso un drama en algún caso, si no supiéramos qué hacer con ese tiempo que se nos concede.

## **Envejecer en el medio rural**

Es cierto que el envejecimiento es un fenómeno general de nuestra sociedad, independientemente de que sea de ámbito rural o urbano, sin embargo, en los pueblos se da una característica especial: los pocos jóvenes con los que contamos se nos van, marchan del pueblo a buscarse la vida en la ciudad, en las empresas, a estudiar... y todo eso siempre está fuera. En los pueblos nos vamos quedando solo los viejos.

Lógicamente, con el criterio economicista y de rentabilidad con

que la administración reparte los dineros, aquellas poblaciones que tienen menor número de habitantes, van perdiendo interés para la Comunidad Autónoma, para las empresas, para los propios habitantes... no se invierte en los pueblos. Se van perdiendo servicios y curiosamente la población que mayor atención necesita y mayores cuidados precisa acaba siendo la peor atendida.

Así, nos encontramos que nuestros mayores pierden a los jóvenes y a los niños, en una edad donde la tristeza tiende a invadirlos de forma especial, carecen de servicios sanitarios en el momento de la vida que más tienen que recurrir a ellos, pierden la asistente social, justo cuando más juego le podrían dar, pierden el autobús, ahora que más imposibilitados se ven para desplazarse... Con frecuencia, hay quien se encuentra tan agobiado por toda esta serie de imposibilidades, de limitaciones, a las que se une casi siempre una buena dosis de soledad, que se plantea la necesidad de recurrir al traumático recurso de la residencia (asilo), fuera de su pueblo, de su entorno, de su gente.

En esta marcha desenfadada que nuestra sociedad ha decidido emprender no hay mucho sitio pa-

ra los débiles, para quienes no sean capaces de correr a la misma velocidad: los deficientes, minusválidos, los torpes, últimamente ya ni los niños y por supuesto los ancianos. En el fondo de todo el problema subyace un concepto de persona, que se ha ido degradando y devaluando con el tiempo. Este correr de espaldas hacia el futuro no nos está permitiendo prepararnos adecuadamente para afrontar que en el siglo XXI el 22% de la población tendrá más de 65 años y si no entendemos a los mayores como miembros activos de nuestra comunidad, como personas válidas en la mayoría de los casos, como una riqueza para todos, como una suerte para quienes tenemos la posibilidad de vivir con ellos, como un tesoro que no nos podemos permitir el lujo de perder... estaremos desperdiciando un potencial humano que difícilmente podremos recuperar ni sustentar con nuestra actitud paternalista, asistencial y marginadora.

### Actividades habituales en animación de mayores

Normalmente cuando uno se plantea llevar a cabo una animación de ocio y tiempo libre de un colectivo de tercera edad sano, o sin demasiadas limitaciones físicas, tiende a hacer inventario de una serie de actividades lúdico-folclórico-festivo-recreativas que vayan a tener medianamente entretenidos a nuestros mayores, desarrollando algún tipo de actividad mental o manipulativa, que por lo menos mantengan en activo sus funciones vitales básicas y frenen así su progresivo deterioro físico, mental, psíquico... etc.

De esta forma, en el panorama de animación de tercera edad que aparece en la mayoría de los Centros de Día, Hogares del jubilado, residencias de 3ª edad... se descubren distintos espacios «cerrados»

en los que se desarrollan distintos «programillas» de actividades, que con mayor o menor éxito, mueven, entretienen y pasean... a nuestros mayores como si fueran objeto de diversión, o elementos totalmente ajenos a la marcha de la sociedad. Supongo que con buena intención, aunque con un talante un tanto paternalista y bonachón, quienes a veces tratamos con mayores, pretendemos favorecerles, estableciendo un paréntesis entre su realidad: la época que les toca vivir, su historia y experiencia de vida concreta, los problemas personales que puedan tener, e incluso los interrogantes existenciales que puedan suscitarse en ese momento de su vida... y las actividades que les proponemos

Parece que nuestra actitud benéfica, respondería más bien a

un: «Déjales en paz, que ya han tenido muchos problemas en la vida, que ya han sufrido bastante, que ya han trabajado lo suficiente... que disfruten, que se diviertan...». Cayendo, sin darnos cuenta en una vorágine de actividades extrañas a sus intereses, que nada les dicen, que nada tienen que ver con lo que han hecho en sus vidas, superficiales, poco motivadoras, que no tienen relación con su realidad, incluso consumistas (viajes, compras... nuestros mayores son objetos muy interesantes de consumo), y lo que casi es lo peor de todo, con estas actividades parece ser que les pretendemos eximir de sus responsabilidades ante la vida, ante su situación, ante sus problemas.

Eduardo Carretero



## Trabajar con mayores en un proceso de animación personalista

Parece que éste es el triste sino de nuestros mayores, y de tanto llorar por nuestro mal momento, pasamos desapercibidos posibilidades para que las cosas puedan ser diferentes, para que puedan cambiar. Porque si bien es cierto que somos víctimas de una situación desfavorable y de una serie de limitaciones propias de la edad, también es cierto que somos en cierta medida responsables de lo que nos pasa, y si en vez de tirar la toalla, nos ponemos manos a la obra, nos daremos cuenta de que muchas cosas pueden mejorar.

Algunos de los que hemos elegido trabajar en el medio rural y nos hemos planteado esta realidad, hemos ido elaborando una estrategia de animación a la tercera edad, que tuviera presente este panorama:

- a) Asumir la situación del momento de la vida en la que nos encontramos
- b) Reconocer y valorar los recursos (físicos, humanos, económicos) que tenemos
- c) Acometer (a veces reivindicar) nuestros derechos y responsabilidades, porque el concepto de mayor con el que hoy estamos trabajando responde a un esquema mental, ya pasado.

Un proceso de animación de tercera edad entendida desde esta perspectiva, no consistirá en una serie de actividades más o menos divertidas o estimulantes para entretener a nuestros abuelos, sino en un proceso cercano en el que se vaya retomando el papel que a cada uno le corresponde en su vida, donde le haya tocado vivir. La animación es un fenómeno individualizado, que depende de las personas, de su nivel cultural, de su edad, de su historia personal... No se puede plantear una activi-

dad uniforme para todo el mundo.

## Según sea el concepto que tengamos del mayor, así será el servicio que ofrezcamos

Si pensamos que el mayor es un ser: enfermo, limitado, necesitado de ayuda, pasado de moda... nuestra actividad con los mayores será puramente asistencial. Si pensamos que el mayor es un valor para la comunidad, lo tendremos bien presente cuando organicemos la vida de nuestros pueblos y ciudades.

## Nuestros mayores, una riqueza para la comunidad

Tendremos que reconocer, nuestras posibilidades, nuestros valores, los recursos con los que contamos, observar la realidad con otros ojos, para caer en la cuenta de que:

- a) Los mayores disponen de un tiempo privilegiado, sin agobios de hijos que cuidar, y trabajo que desempeñar, que tanto tiempo ocupan y tanto limitan, que sabiendo utilizarlo adecuadamente puede suponer una época de especial enriquecimiento personal y de gran utilidad social. La jubilación no es final de una vida, sino el principio de una nueva etapa. Uno se jubila del trabajo, no de la vida.
- b) Los mayores disponen de una gran experiencia que, reflexionada y puesta al día, puede suponer una enorme aportación para todos los que con ellos vivimos. (Cultivos ecológicos, artesanía, pastel de la «abuela»...)
- c) Disponen de ciertos ingresos fijos, derivados de sus pensiones que puestos al servicio de sí mismos y de la comunidad pueden dotarles de una cierta auto-

nomía a la hora de poner en funcionamiento servicios necesarios para mantener una mínima dignidad de vida (apoyo en las labores domésticas, transporte...). Habrá que evitar actitudes de ahorro irracional (para los hijos, para los nietos...) que nos lleven a «ser los más ricos del cementerio».

- d) La atención y cuidado de nuestros mayores generan posibilidades de trabajo para el resto de la comunidad, especialmente para jóvenes, mujeres y ciertos profesionales.

## Para que esta situación cambie, habrá que cambiar algunas cosas

Es una realidad que con la tendencia al crecimiento cero, el problema de dinamización y atención a los mayores se va a agudizar y va a tener que ser una de las prioridades a tener en cuenta por la misma administración que ahora los olvida. De alguna forma invertir hoy en nuestros mayores, es invertir en nuestro futuro.

Pero para que esta situación cambie, habrá que cambiar algunas cosas:

### 1. Cambio de mentalidad

- Habrá que renunciar a la mentalidad de que la jubilación es el final de la vida, que le apea a uno de la marcha y funcionamiento de la sociedad, iniciando, a partir de este momento de nuestra vida, un proceso de auto-marginación. Envejecer es un arte que hay que aprender a lo largo de la vida.
- Habrá que cambiar la actitud comodona de que cuando uno se jubila, ya solo le queda descansar (yo ya he trabajado bastante en la vida, ahora que trabajen los demás por mí). Solo

jugar a las cartas, tomar el sol, dormir más de la cuenta, ver en exceso la T.V. ... supone iniciar un proceso de empobrecimiento que deteriora más rápidamente las facultades de los mayores.

- Habrá que iniciar procesos de autoestima, es decir de aprender a quererse un poco más, a conocer las cualidades y las posibilidades de cada uno y recuperar la voluntad de colaborar. Esto se consigue recuperando el protagonismo en la sociedad, en la propia vida de la persona ; ser útil a los demás utilizando mis recursos, mis valores (incluso físicos). No sólo a través de charlas o cursillos.
- Habrá que promover actividades que fomenten las facultades físicas y síquicas de nuestros mayores, que les capaciten para seguir siendo sujetos activos y válidos para la sociedad, no solo meros consumidores. (No utilizarlas aumenta el riesgo de demencia senil).
- Será imprescindible que la sociedad recupere al mayor como un componente importante. No como un ser querido al que lo guardamos como un objeto valioso, pero inservible, en algún local-aparcadero de mayores. Habrá que crear espacios de interrelación, de intercambio generacional, contar con los mayores en las decisiones importantes...

## 2. Servicios

- Elevar la calidad de vida de nuestros mayores creando «ser-

vicios de ayuda a domicilio», dotando a los ancianos que no estén impedidos, de un apoyo en las labores domésticas: comida, limpieza, recados , desplazamiento... que retrase, en lo posible, el traumático recurso de una residencia fuera de su entorno habitual.

Es difícil que una persona mayor sea activa, colaboradora, participativa... Si plantea un cúmulo de incertidumbres en cuanto a su situación cotidiana, labores domésticas, qué va a ser de ella en el futuro, quién le va a atender, la angustia de tener que dejar el pueblo y las personas que viven en él para ir a vivir a un asilo o residencia...

Para ello nuestros mayores disponen de ciertos recursos económicos que bien utilizados en la creación de servicios para ellos mismos y para su propio pueblo, pueden garantizarles una situación más desahogada, allá donde deseen vivir. Para ello habrá que abandonar viejas actitudes de ahorro, con el único fin de engrosar una cartilla, que disfrutarán hijos, nietos, sobrinos... mientras el mayor vive precariamente.

- Servicios de día: Creación y potenciación de espacios sociales, donde tengan cabida todos: el niño, el joven el adulto, la mujer el hombre... el mayor. Programas y actividades de dinamización que no reduzcan al anciano a actividades recreativas cerradas, sino que abra sus posibilidades al resto de la sociedad, fomentando la convivencia, el intercambio generacional, permitiéndole aprender, ser críticos, tomar opción ante

los problemas de su pueblo, animándole a aportar su tiempo, su actividad física, su experiencia, sus recursos económicos.

## 3. Cambio Social

Habrá que ir dando pasos hacia un cambio social en el que se valore más a la persona, independientemente de su edad, sexo, raza, lugar de nacimiento... Donde se acepte más y mejor la diferencia como una riqueza, no como una amenaza.

Nuestro modelo social, nos exige un modelo clónico de pensamiento único, empobrecedor. Su lema: «Consumes, luego existes», «produces, luego vales»... No produces, no tienes capacidad de consumir... Empiezas a ocupar espacios de marginación.

Una buena animación parte de los centros de interés de las personas, de su riqueza interior, de su experiencia de vida, de su propia realidad, no de actividades exteriores, artificiales, que no le digan nada. Por tanto, y habida cuenta de que todos tenemos una experiencia de vida más o menos rica, todo el mundo tiene algún tipo de motivación. Todos tenemos algo que aportar. Es importante confiar en las personas. Nuestra misión será crear cauces para valorar la riqueza que tenemos y expresarla a los demás.

La animación, como la motivación, por tanto, no se improvisa se va formando a lo largo de la vida. Envejecer es un arte para el que uno se debe ir preparando durante toda la vida. La actitud de caminar de espaldas a nuestro futuro, es una actitud irresponsable.

