



## Miedo a la invisibilidad de la vejez

Por RODRIGO MOTAS TAMAYO

HACE algunos años, conocí a una persona mayor que no compraba las dos libras de arroz adicionales, esas que el Estado puso a favor de los miembros de la tercera edad, por tal de no oír la ya acostumbrada frase: "¿Va a llevar el arroz para viejos, señora?"

Reía, en aquella época, de lo que parecía un chiste; pero pasó el tiempo y me acostumbré a que cada mes me pregunten, como cosa normal: "¿Mayor, le pongo también el arroz para viejos?"

Lo que antes era hilarante ahora es una sentencia que nos sigue cuando rebasamos los 65 años, y a la que se une otra relacionada con la invisibilidad de la vejez, pues después que llega la jubilación, en pocos meses casi siempre, nadie se acuerda de quiénes somos.

Por ley de la vida, o imbecilidad de otros, aquellas personas que ce-

san en su edad laboral y siguen vivas, dejan de ser menos que un cuadro o una fotografía a la que se mira todos los días, y se convierten, poco a poco, en un nombre o alguien desconocido.

Escuchaba antes que hasta en la casa los viejos, abuelos y abuelas, dejaban de ser los patrones del hogar, y de las amistades, si aún transitan los caminos de la vida; el tiempo y el prójimo se encargan de guardarlos en los archivos que ya no se miran.

Es decir, pasan los años y quienes lo dieron todo en sus puestos de trabajo, organizaciones de masas u otras responsabilidades, dejan de ser mencionados o de exhibirse en algún mural del centro laboral; el tiempo, como río, se los traga en su corriente de agua fresca indetenible.

Hace poco, en conversación sobre el tema, salió a relucir la queja de una amiga que en sus años laborales y como máxima directiva de

una entidad, se paraba al lado de la carretera y eran varios los que detenían los automóviles y le ofrecían trasladarla hacia su casa, en la salida del pueblo. Dejó de ser las dos cosas mencionadas, y en pocos meses ya era invisible hasta para aquellos que antes le daban el aventón.

En los difíciles tiempos actuales, hay individuos de la tercera edad que no quieren ser olvidados, o la vida les obliga, porque sus pensiones son mínimas, a vender chucherías por las calles, y gracias a ellos muchos pregones perduran, además de nombres y apodos.

Así usted escucha en su cuadra a menores y mayores decir: ahí va Chicho el de los tamales, Rufino el de los chupachupa, Adelaida la de la coladita de café, Agustín el amolador de tijeras, en fin, muchos que en la vejez tienen el reconocimiento público a fuerza de desandar las calles, ser asiduos en las colas y tratar de aumentar su peculio.

No siento miedo al olvido. Pienso en una Cuba de población envejecida, entre los rigores de la rueda del destino, como justifican algunos, y sin un ápice de respeto hacia quienes en años mozos no escatimaron esfuerzos para dejar a los de hoy lo que ellos no tuvieron.

De los tiempos juveniles, recuerdo con gusto cómo, en mis lecturas sobre los primeros habitantes del planeta, las personas de más edad eran veneradas, y la experiencia se sentaba en el pedestal de la sabiduría, porque ganó el derecho a orientar y corregir el transitar de quienes, en casa y en la vida, deberían ser sus continuadores.

Nota: abrimos brecha para tratar también sobre pensiones y sueldos, pues abogo porque la jubilación no se base solo en años trabajados y salario devengado; los números son fríos y no dicen cuánto esa persona hizo por la sociedad y la Revolución.



Por DAYAMI MONGES CORRALES  
dayamimonges99@gmail.com

¿Por qué lo hizo? "No pudo con la deuda", afirmó un vecino. "No la dejaron salir", dijo su compañera de aula. "Iba preso y no lo resistió", comentó la madre. "El abuso en casa era insostenible", expresó su hijo. Alrededor de alguien que eligió el suicidio rondan numerosas historias.

No somos ajenos al fenómeno, pero tampoco lo llamaríamos común. Es un acontecimiento lamentable, provocado cuando la mente se nubla y nos derrota. Dentro de las causas de fallecimiento de la persona, esta alberga cierto misterio, porque lo usual no es quitarse la vida.

Rubén Martínez Villena, en su poema Canción del sainete póstumo, manifestaba: "Aunque la muerte es algo que diariamente pasa, un

muerto inspira siempre cierta curiosidad". Y si acaba de forma intencional, nos interesamos más en ese asunto.

Dentro de los pensamientos suicidas convergen múltiples razones. Existe aquello a lo cual llamamos detonante; sin embargo, hay acciones, palabras, periodos, que marcan y no dejan ver la salida. "Es un mal momento", dicen algunos, pero la decisión no es remediable.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), esta es la cuarta causa de muerte en todo el orbe y se agudiza en casos de adolescentes. Para los expertos, no existe una única raíz. Enfermedades como la ansiedad y la depresión, se asocian al contexto.

La OMS, con el interés de promover una salud mental favorable y el apoyo psicosocial, acordó que cada 10 de septiembre se celebraría el

Día mundial de la prevención del suicidio. Lejos de convertirlo en un tema tabú, busca la visión social y el apoyo a los necesitados.

Como decisión personal que es, otros no tienen la culpa, aunque algo o alguien influya. Los intentos fallidos no son expresiones de rebeldía, por el contrario, buscan llamar la atención. Tengamos en cuenta la complejidad del proceso comunicacional en cada ser humano.

El suicidio no llega de golpe. Previo al fin, queda una estela de comportamientos como señales de alarma. Por ejemplo, el aislamiento, la mención del tema de forma desafiante; las despedidas. La persona inicia un reconocimiento de lo positivo que ve en su entorno y lo manifiesta, pero no se aparta de la soledad o la depresión. Algunos acuden en busca de especialistas, días u horas antes de proceder.

Vivimos momentos difíciles, libramos batallas internas que nadie conoce, tenemos heridas emocionales e inseguridades, porque somos humanos y es parte de nuestra humanidad. Por ello, seamos empáticos y practiquemos la cultura de la escucha, cuando alguien lo necesita.

Mi abuela afirma que la vida es un regalo y, por tanto, no debemos provocarnos la muerte. Tenemos momentos tristes y felices, personas que nos quieren o repudian, pero lo más importante es el amor propio, la visión de nosotros sobre nosotros.

Ninguna situación se vuelve insuperable y, con certeza, me sumo al criterio de que el tiempo todo lo cura o, al menos, lo hace menos doloroso. Irse sin despedida no es la solución. De todas las elecciones posibles, elige vivir.

## Sin despedida



Fotos AGUSTÍN RODRÍGUEZ SAM

### Tejamos sueños, amor y respeto

REDACCIÓN LA DEMAJAGUA, CON APORTES DE LAS REDES SOCIALES

Empieza la escuela y quiero pedirle un favor: siéntese con su hijo durante cinco minutos y dígame que nunca hay razón para burlarse de alguien por su altura, su peso, su tono de piel u otras características físicas.

Aclárele que no hay nada malo en usar los mismos zapatos todos los días.

Manifiéstele que una mochila usada lleva los mismos sueños que una nueva.

Enséñele a no excluir a nadie por "ser diferente".

Explíquele que las burlas duelen y que la escuela es para aprender, no para competir o difundir negatividad.

Recuérdle que algunos niños no van a casas con familias amorosas, así que es importante ser amables.

En este nuevo curso, plantemos semillas de empatía en el corazón de nuestros hijos.

Que cada palabra y acción fomenten el respeto y la aceptación, que florezca la amabilidad.

Recordemos que la verdadera belleza se encuentra en el respeto a la diversidad y que el amor siempre supera cualquier diferencia.

Juntos, construyamos un futuro más brillante, en el que cada niño sienta que su luz es valorada.

