

<http://www.adelante.cu/index.php/es/a-fondo/reportajes/1711-atencion-al-adulto-mayor>

Periódico Adelante, Camaguey

Atención! al adulto mayor

Escrito **por Dayris Hernández Guerra y Damaris Hernández Marí** / Estudiantes de Periodismo /
Fotos: Orlando Durán Hernández

Categoría: Reportajes

Publicado: 28 Septiembre 2014



Muchos ancianos se suman en la tristeza y la inactividad, luego de la llegada de la jubilación

Camagüey.- El dinamismo de aquellos años, como economista en una empresa, contrasta ahora con la terrible soledad que lo acompaña. La jubilación llegó para cumplir el presagio que tanto le agobiaba: su responsabilidad de ser el hombre de la casa quedó reducida a hacer los mandados y buscar los nietos a la escuela.

Ya Andrés no es aquel ser carismático que llegaba haciendo bromas todas las tardes y alegrando la casa con su estruendosa voz de tenor. Hoy anda triste y maldiciendo que el retiro le llegara tan pronto. Los dolores en todo el cuerpo le recuerdan que ya no es la persona ágil de otros tiempos. No quiere terminar como su amigo Pablo que está postrado en una cama, solo y sufriendo los primeros síntomas del mal de Parkinson.

Muchos son los ancianos que comparten la suerte de Andrés y de Pablo, que ven en la jubilación el fin de su vida útil y se sumen en la tristeza y el ocio. Realidad que no solo les compete a ellos sino a toda la sociedad, máxime cuando en Cuba se observa una tendencia al envejecimiento poblacional, que la sitúa entre los 50 países del mundo con mayor proporción de personas con 60 años o más, lo cual representa el 16,6 % de sus habitantes. Un estimado para el 2025 indica que esa cifra se elevará al 26,1 %, ubicándose entre los países más longevos de Latinoamérica.

Ricardo Arnaiz Padrón, licenciado en demografía de la Oficina de Estadística de Camagüey, explicó a Adelante que la provincia está entre las ocho más envejecidas del país. "Hay que tener en cuenta que por cada 1 000 personas entre 0 y 14 años hay 1 063 ancianos. Específicamente, la capital provincial es la segunda con más alto índice de envejecimiento, según el censo poblacional del 2012".

CAMAGÜEY ENVEJECE

El doctor Jesús Lázaro Regueira Naranjo, jefe del Departamento del Adulto Mayor, Asistencia Social y Salud Mental de la Dirección Provincial de Salud, explicó que en el territorio se han implementado estrategias en función de la atención integral a las personas de la tercera edad. "Primeramente está el mejoramiento del confort y de las condiciones de los hogares de ancianos y casas de abuelos. Este año se prevé la reparación y mantenimiento de las 23 casas de abuelos y de los otros 11 hogares de ancianos, pues ya el "Manuel Ramón Silva", ubicado en las inmediaciones de la terminal ferroviaria, fue rehabilitado casi en su totalidad. Solo Jimaguayú y Najasa no cuentan con esos centros, pero son atendidos por especialistas del sector".

Estas instituciones, insuficientes aún, se incrementarán en la medida en que las direcciones del Gobierno en los municipios donen los locales necesarios para ello, señaló el doctor Regueira.

En Vertientes se inaugurará con 40 plazas la primera Casa de Atención al Adulto Mayor Discapacitado del territorio. Esta brindará la posibilidad de atender personas mayores que padecen hemiplejía y demencia. Iniciativa que no solo beneficiará a los pacientes sino también a sus familias. También Florida tendrá una buena nueva con la remodelación de la casa para sus más experimentados hijos.

Realidad diferente la del distrito Cándido González, del municipio cabecera, el más envejecido de la provincia, el cual no cuenta con una casa de abuelos. Ante esta inquietud, Regueira dijo que actualmente buscan un local disponible para crearla.

Otra de las preocupaciones de la población fue la medida aplicada por el Ministerio de Salud Pública, en noviembre del 2013, de eliminar el equipo multidisciplinario de atención geriátrica que había en cada policlínica debido a la racionalización del personal médico.

A pesar de las indicaciones nacionales, en Camagüey se toman medidas para minimizar los efectos de esta situación. "Independientemente de que hoy no existe el equipo multidisciplinario de atención gerontológica no quiere decir que el adulto mayor no tenga un tratamiento especializado. Creemos que son suficientes los 708 consultorios de la provincia que cuentan con un médico, una enfermera y los grupos básicos de trabajo (GBT), que pueden suplir ese vacío", agregó el doctor Regueira.

Norma Méndez Dorta, geriatra y Master en Medicina Natural y Tradicional de la policlínica Carlos J. Finlay, considera que "en nuestra sociedad, que envejece cada día, se debe incrementar la atención a los ancianos retomando los equipos de geriatría que existían. Con las visitas a sus casas detectábamos aquellos problemas sociales y económicos que limitaban el desarrollo de los pacientes, lo que nos permitía tomar medidas para mejorar sus situaciones incorporándolos a los círculos de abuelos y hogares de ancianos".

A esto se suma la necesaria integración entre diversas instituciones de la provincia porque, aunque Salud Pública es la rectora de las acciones, la atención a las personas de la tercera edad involucra también a organismos como Cultura, INDER, Ministerio de Trabajo y Seguridad Social y la Vivienda.

LA COMUNIDAD Y LOS ABUELOS



Son numerosas las iniciativas que a lo largo de la llanura camagüeyana se desarrollan para paliar la insuficiencia de instituciones que se encargan de cuidar a los adultos mayores. Una de las experiencias más representativas es la escuela del adulto mayor que radica en el Centro Comunitario de Salud Mental ubicado en la calle Cristo, de la capital provincial.

Kenia Figueredo Arias, enfermera de la institución, refirió que desde el año 2004 "contribuyen a cambiar estilos de vida y prevenir trastornos mentales de la población de más de 60 años. Con las técnicas que los especialistas les enseñan en las charlas ellos aprenden sobre temas tan diversos como la autoestima, el control de la ansiedad, el uso de los medicamentos y formas de alimentación saludables".

Alicia Fernández Esquivel, de 78 años, nos comentó que cada miércoles realizan diferentes actividades en coordinación con la Oficina del Historiador. "Algunas incluyen veladas culturales con los artistas del patio y recorridos por los sitios más emblemáticos de la ciudad. Es una ocasión maravillosa para confraternizar y conocer nuevos amigos".

Otra de las opciones son los 756 círculos de abuelos que agrupan ya a cerca de 63 800 personas en toda la provincia. Estos espacios devienen lugar ideal para la práctica diaria de ejercicio físico, así lo confirmó Alicia, quien pertenece al círculo Celia Sánchez Manduley.

Las Cátedras del Adulto Mayor también han ganado adeptos en cada uno de los municipios, desde que fueran instituidas en el año 2002 como un programa de extensión universitaria que impulsan la Asociación de Pedagogos y la Central de Trabajadores de Cuba en la provincia.

Élsida López Roque, representante del sindicato en la Cátedra principieña comenta: "Nosotros aquí recibimos cursos básicos y de continuidad durante un año, que incluyen conversatorios sobre temas tan variados como la historia de la ciudad, los beneficios de la medicina natural y tradicional y la cultura física. Los más gustados son los que imparten geriatras y psicólogos sobre cómo convivir con las enfermedades crónicas y eliminar el estrés".

LAS ALTERNATIVAS DE LA CASA

Otra posibilidad a la realidad de los ancianos, la que demanda una mayor prioridad y muchos recursos, son los proyectos que la casa Carlos J. Finlay ha implementado desde su fundación para incorporar al adulto mayor a la sociedad y mejorar su calidad de vida. Estos son "Arte terapia", "Aprendiendo a vivir con el Parkinson", "Vida sana" y el de Plantas Medicinales. Destaca de forma especial "Salud y Vida", dedicado al Tai Ji Quan, más conocido como tai-chi-chuan, arte marcial cuya práctica está relacionada con la consecución de un mayor equilibrio físico y psíquico.

"Este proyecto es el más viejo de la Casa y el próximo día 3 de diciembre cumplirá 12 años como una propuesta sociocultural comunitaria. Cuando se hizo un diagnóstico social entre la población aledaña nos dimos cuenta de que las personas que más la frecuentaban por la cercanía eran casi todas jubiladas y mayores de edad", precisó la MS. c. María del Carmen Pontón Guillemí, directora de la casa natal Finlay.

Iván Linares González, instructor que dirige al grupo de tai-chi desde enero del 2013, señaló que hasta ahora se ha cumplido el objetivo de elevar la calidad de vida y combatir las enfermedades degenerativas, pues ya son varios los ancianos que se benefician con el proyecto.

A sus 64 años Blanca Cisneros Rubials encontró en el tai-chi una oportunidad para mejorar su salud. "Aquí he conocido personas, y como vivo en el reparto Julio Antonio Mella, me obliga a salir de la casa, coger una guagua y caminar. Desde que lo practico no me da la migraña, se me controlan el asma y todos los problemas osteomeoarticulares".

Por su parte Rosalina Castañeda Ortiz, de 67 primaveras, expresó que cuando falta coge cama debido a la fibromialgia que padece, por eso "cuando asisto a los ejercicios estoy lista y apta para tomar la bicicleta y venir desde la carretera de Vertientes hasta aquí".

Los proyectos no pueden verse de forma aislada, señaló María del Carmen. "El que empieza a venir al tai -chi cuando termina se incorpora a las otras actividades, como es el caso del proyecto "Aprendiendo a vivir con Parkinson", donde no solo asisten los que tienen esta dolencia, sino también los cuidadores y otras personas que prevén la posibilidad de un día padecerlo.

Los adultos mayores demandan de estrategias que pongan más énfasis en su integración a la vida social y logren de manera coherente que no se sientan marginados o subutilizados en sus hogares. Corresponde a las instituciones de la provincia promover más espacios donde ellos puedan socializar y mostrar sus potencialidades en vinculación con la familia.

Solo así Andrés y Pablo podrán disfrutar de una vejez sana y feliz, sintiendo que todavía les queda mucho por andar.