

Al Servicio de la Tercera Edad

Por RAQUEL RODRÍGUEZ CADENAS

Nuestra vida es un continuo proceso de desarrollo y cambio, desde el momento en que nacemos comenzamos a envejecer. Este proceso es algo personal, individual y determinado por las propias características, por la experiencia, la educación, la salud, el medio, etc. De la misma forma, la vejez como parte de este proceso, debería conformarse de forma distinta para cada persona y, como en una etapa más, poder disfrutar de sus ventajas y salvar sus inconvenientes; sin embargo, existe un desconocimiento casi intencionado de lo que significa el envejecimiento, "todos queremos vivir muchos años pero nadie quiere ser viejo".

Este desconocimiento aisla por sí mismo una etapa larga e importante de nuestra vida que queda relegada en el olvido hasta el momento inevitable, cuando ya es difícil optar por una nueva perspectiva debido tanto a la mediatización social como a la propia visión mantenida en las anteriores etapas. Esta idea pone de manifiesto la óptica social respecto de la vejez y demuestra como actualmente es difícil mantener la dignidad y los años, aunque cabe señalar que la situación parece cambiar gracias a la labor encomiable de muchos profesionales, personal voluntario o trabajadores de este campo, que osan romper una lanza en favor de las necesidades de esta población y utilizar los recursos a su alcance para que en un mañana no muy lejano todo sea distinto. En todo caso, sucede que el/la anciano/a de nuestros días y en mayor medida el/la anciano/a institucionalizado se hace eco de los estereotipos sociales y se convierte en aquello que se espera de él/ella, alguien pasivo, improductivo y por tanto sin derecho a opinar siquiera sobre sus circunstancias.

La herencia educacional y el estigma social que existe en nuestros días, en la mayoría de los casos no deja al anciano/a descubrirse a sí mismo como persona sino simplemente formar parte de un colectivo sin suerte que debe aprender cuánto antes a olvidarse de sus sentimientos.

Aunque los parámetros sociales están cambiando debemos de reconocer que todavía es fácil encontrarnos con el/la anciano/a que no lucha por conocer sus posibilidades ni aquellas que se le ofrecen. En la mayoría de los casos su desmotivación para cualquier tipo de contacto o actividad es grande, su única preocupación parece ser la de satisfacer sus necesidades más básicas y su única voz la del recuerdo y la queja, sin pararse a pensar en que tiene un presente que aprender a vivir. A nadie nos son ajenas ciertas limitaciones de este colectivo, también es cierto que existen muchas posibilidades de acción y estrategias alternativas que llevar a cabo, y esto, tristemente, es desconocido tanto por la mente colectiva como

por el propio individuo interesado, siendo ésta la gran barrera que hay que conseguir saltar.

Hoy en día es fácil "ser viejo sin serlo". La expectativa media de vida (76'8 años) ha aumentado considerablemente en los últimos años, los cambios en los hábitos de salud, higiene y alimentación han contribuido a que esto sea posible. Todos sabemos que hoy cuando una persona se jubila tiene por delante un tercio o más de su vida, esto sin pensar en que las jubilaciones anticipadas son cada vez más numerosas con lo cual es posible que al individuo en el momento de su jubilación le quede por vivir prácticamente la mitad de su vida.

Es en este momento, cuando una persona cesa en el mundo laboral, cuando socialmente empieza a ser visto como la persona que entra en una nueva etapa de su vida: la vejez. Si embargo, si nos centramos en el envejecimiento biológico de esta persona que acaba de jubilarse, seguramente nos encontramos con que no existen signos de deterioro o de un declive espectacular como se espera de alguien que ya es viejo. Parece claro, por tanto, que no estamos educados para aceptar esta nueva vejez que está constituyéndose, una vejez en la cual es posible encontrar las mismas o distintas motivaciones de actuación y de sentimientos que en cualquiera de los otros estadios de la vida.

Se hace necesario un cambio radical que debe comenzar evidentemente por un giro en la educación de nuestros hijos. Si desde que somos niños y a lo largo de la madurez no sintiéramos o no nos percatáramos de la tristeza que la sociedad reserva para esta etapa de la vida, en el momento de llegar a ella no nos sentiríamos inútiles y perdidos, simplemente optaríamos por las nuevas alternativas que se presentan y disfrutaríamos de nuestro tiempo de ocio a la par que seguramente nos interesaríamos de cerca por todo aquello que siempre quisimos, pero para lo que no tuvimos tiempo.

Es justamente en esta etapa de la vejez cuando por primera vez la persona se libera de muchas ataduras, bien de tipo profesional, bien familiar y cuando dispone de mucho tiempo para dedicarse a ella misma, a sus aficiones y a sus seres queridos.

Preparar nuestra vejez nos permite protagonizarla, en lugar de convertir este período en un baúl de recuerdos cargado de añoranzas. Mirar hacia el futuro, es organizar nuestra vida teniendo en cuenta lo que deseamos. No se trata de añadir años a la vida, sino vida a los años.

Y... la mejor forma pasa, simplemente, por vivir en un espacio que responda a nuestras necesidades. Por eso es importante que nos planteemos disponer de un lugar cómodo, accesible y tranquilo para vivir, que lo sintamos nuestro y donde nos encontremos más seguros.

Las opciones a las que se tiene acceso son diferentes según nuestros deseos, nuestros recursos económicos o el lugar donde vivimos. Muchas veces es la propia casa que con algunos cambios se adapta a nuestras necesida-

des, otras se hace necesaria una ayuda exterior suplementaria que contribuya a que la permanencia en nuestro hogar y entorno se dilate en el tiempo.

Quiero hablaros del servicio de ayuda a domicilio, servicio que aún en la provincia de León no se ha extendido, pero que ya en algunas zonas de León y provincia está en funcionamiento.

El servicio de ayuda a domicilio consiste en una serie de atenciones y cuidados básicos de carácter personal, doméstico y social. A su vez procura otros apoyos complementarios y se dispensa en el domicilio del beneficiario.

Los fines primordiales que persigue la ayuda a domicilio son:

- - Facilitar la autonomía personal del beneficiario.
- - Lograr la permanencia en su medio habitual de vida. Con ello se pretende:
 - ⇒ Prevenir situaciones personales y sociales críticas: grave deterioro físico y psíquico; soledad y aislamiento; riesgo de accidentes domésticos.
 - ⇒ Mejorar la calidad de vida de personas con dificultades en su autonomía.
 - ⇒ Retrasar en lo posible el ingreso en residencias.

Los servicios que se llevan a cabo mediante esta oferta social de ayuda a domicilio pueden clasificarse en dos grandes bloques:

A. BASICOS:

1. - De tipo doméstico: limpieza y orden del hogar, lavado y planchado, preparación de comidas, compras.
2. - De cuidado y atención personal: aseo completo, ayuda al levantarse, peluquería, cuidados sanitarios, podología, rehabilitación.

B. COMPLEMENTARIOS:

1. - Acompañamiento dentro y fuera del domicilio.
2. - Realización de gestiones que el beneficiario no pueda hacer.
3. - Promoción de actividades culturales y terapia ocupacional.
4. - Cuidado y atención en caso de enfermedad.

Actualmente, los destinatarios del servicio son las personas mayores, personas con algún tipo de discapacidad o con estado de necesidad. El usuario recibe el servicio en su domicilio y el número de horas y de días es variable, en función de sus circunstancias personales. El desembolso económico que debe realizar el beneficiario asciende, aproximadamente, a unas 1000 pts. mensuales, aunque esta cantidad se modifica en función de los ingresos económicos.



Ciprián tomando el sol.

Los auxiliares que prestan el servicio son mujeres/hombres contratados, del mismo pueblo o del pueblo más cercano. Estos trabajadores reciben previamente una formación específica para desempeñar el puesto de trabajo, gozando de los mismos derechos y obligaciones que cualquier otro trabajador.

Según la información proporcionada por la empresa de ayuda a domicilio "Isadora Duncan" S.L., encargada de la gestión del mismo en la zona del Bierzo, Ancares y Laciaña, éste servicio social se lleva a cabo gracias a convenios que se establecen entre la Diputación o ayuntamientos y el INSERSO. Así mismo, la citada empresa ha puesto de manifiesto, a través de su experiencia, que este tipo de servicio cumple una doble finalidad: por un lado, mejorar la calidad de vida de la persona permaneciendo en su entorno y, por otro lado, dinamizar las zonas rurales creando puestos de trabajo para las mujeres y hombres, evitando así la desertización de nuestros pueblos.

Desgraciadamente, aún, en vuestra zona no ha entrado en funcionamiento, pero se prevé, si las decisiones políticas lo estiman oportuno y los pueblos lo reclaman, que pronto podamos disfrutar de este tipo de servicio social en toda la provincia de León.

En definitiva, estamos al servicio de la tercera edad, si ellos/as colaboran...

"Nuestra capacidad para aprender es como cualquier otra capacidad que no necesariamente tiene que deteriorarse con los años. Si la mente se mantiene estimulada favorece el progreso con la edad, pero si se deja de usar la mente puede deteriorarse como cualquier otro órgano del cuerpo. La falta de estimulación, de cualquier contacto con el medio, conducen al aburrimiento, a la depresión y al deterioro mental. Conocimiento e iniciativa son los grandes determinantes de aprendizaje a cualquier edad..." ♦