

Personas mayores en tiempos de la Pandemia del Covid-19

Christel Wasiek*
Enero de 2020

En tiempos de la pandemia del COVID-19 que vive el mundo, queda aún más en evidencia que en una situación de emergencia, la población adulta mayor sufre más invisiblemente que otros grupos de la sociedad. La pandemia agrava su situación tanto por las muchas veces insuficiente atención médica y su precaria situación económica, así como por la limitación de contactos sociales.

Esta situación afecta también a las personas mayores que forman parte de los proyectos que promueve la Fundación pro Personas Mayores en el Mundo. Por las restricciones de desplazamiento en los diferentes países, no se puede desarrollar las actividades grupales habituales por lo que los responsables tienen que buscar alternativas como por ej. individualizar contactos y atenciones. Además, en tiempos de pandemia, muchas personas mayores pierden también todas las posibilidades de generar pequeños ingresos para aliviar su situación económica y, no hay que olvidar, que las restricciones limitan fuertemente las relaciones sociales y la vida social en los pueblos.

Aunque hay que considerar la situación como muy grave, existen iniciativas y experiencias que puedan ayudar a soportar mejor la situación. Dos ejemplos:

1. En Cantel/Guatemala:

La *Asociación Le 'KAT* implementa con grupos de personas adultas mayores - en total más de 100 personas-, un programa recreativo de tiempo libre compartido con el fin de dar un aporte para que tengan una vida digna en la vejez. Por las restricciones de circulación desde marzo 2020, el desarrollo de estas actividades grupales no son más permitidas, por lo que los responsables de la Asociación empezaron a individualizar el contacto y, como se trata de personas mayores que viven en pobreza o extrema pobreza, es decir sin ingresos propios, distribuyen una vez al mes alimentos. Los voluntarios visitan gran parte de las personas mayores en su domicilio, otras buscan la ayuda en el Centro. Según comentarios las visitas domiciliarias fueron una buena experiencia para los voluntarios, pues conocieron mejor la situación personal de cada persona mayor, lo que les va a ayudar atenderlas en el futuro más adecuadamente. Además, identificaron en sus visitas barriales más de 20 personas mayores con necesidad de cuidado y que también requieren apoyo.

En una situación de emergencia la distribución de alimentos puede ser la ayuda adecuada, pero debe ser temporal, motivo para la Asociación Le K'AT realizar, por el momento con una tercera parte de las personas mayores del proyecto, un programa de "Bio-Huertas familiares", plantando verduras según la época para poder cosechar pronto. Se sabe que esta actividad no soluciona los problemas alimentarios, pero va a ayudar a una mejor alimentación de los mayores y sus familiares y a aumentar la autonomía alimenticia. Además las huertas van a ser permanentes y pueden ser de ayuda también después de la pandemia.

2. En la región Puno/Perú:

La *Cáritas* promueve desde hace unos cinco años actividades intergeneracionales después de haber realizado en varios pueblos diagnósticos psico-sociales sobre la situación de personas mayores rurales. Por la encuesta personas adultas mayores en algunos pueblos se motivaron para crear asociaciones de las personas mayores.

Entre otras actividades, algunos grupos se interesaron por la cría de gallinas ponedoras con la idea de utilizar los huevos para mejorar su alimentación, desempeñar una buena actividad y tener un pequeño ingreso por vender algunos. Los miembros de las asociaciones se organizaron con apoyo técnico de la *Cáritas* y recibieron cada uno de cinco a seis gallinas ponedoras. Se logró cumplir los objetivos y al mismo tiempo demostrar a sus familiares, vecinos y el pueblo como tal su capacidad de autoorganización.

En un segundo paso algunas de las personas mayores pidieron apoyo para organizar Bio-Huertas familiares para complementar su alimentación. Con el asesoramiento de un técnico agrario aprendieron a optimizar la plantación de zanahorias, lechuga, cebollas, apio y betarraga y preparar nuevos platos ampliando su dieta.

Las personas mayores que participan en los proyectos alimentarios que promueve la *Cáritas* fueron, como todos, afectados por la pandemia, pero pueden alimentarse moderadamente bien por tener huevos y verdura para su alimentación, mientras las ferias no funcionan. Su autonomía alimentaria relativa les ayuda soportar mejor la situación de pandemia. Bajo las restricciones sociales sufren como todos.

Estamos convencidos que existen muchas experiencias a nivel local que demuestran, como los dos ejemplos descritos, la capacidad de resiliencia de las personas mayores para superar, por lo menos en parte, los efectos de la pandemia de COVID-19 y también de las organizaciones sociales para encontrar soluciones innovadoras en favor de personas mayores. La Fundación pro Personas Mayores en el Mundo apoya ambas experiencias, en Guatemala a través de la Asociación Le K'AT y en Perú a través de la *Cáritas*.

* Gerontóloga, presidenta de la Fundación pro Personas Mayores en el Mundo. Desde su creación en el año 2008, la Fundación pro Personas Mayores en el Mundo promueve proyectos de grupos y organizaciones de la sociedad civil en los países de América Latina y el Caribe, especialmente proyectos intergeneracionales, programas de formación, la organización y prestación de servicios, la conservación de conocimientos, habilidades y experiencias de personas mayores y ayuda humanitaria.