



## “ABANDONO DE LOS ADULTOS MAYORES EN COSTA RICA”



Maynor Montero Salazar <sup>1</sup>

REFLEXIÓN

Es imposible para nosotros como seres humanos mantener nuestra juventud para siempre por lo que llegaremos a depender de otras personas para vivir, envejeceremos y otras personas quedarán a cargo de nosotros. En muchos de los casos quedaremos al cuidado de nuestros hijos, nietos o familiares cercanos y será en este momento cuando nos alegremos o lamentemos de la forma en que tratamos a nuestros mayores, pues el ejemplo de nuestra forma de tratarlos quedará en la pupila de éstos, que nos cuidarán en un futuro, siendo los valores que aprendan los jóvenes, los que les mostremos con nuestro ejemplo.

Desde nuestro nacimiento, las personas mayores nos brindan un lugar seguro para vivir, un lugar al que pertenecemos en el que tenemos alimento, protección y seguridad. Son nuestros mayores quienes nos enseñan desde la infancia como vivir y cómo desenvolvemos en la sociedad. Habrá una etapa de sus vidas en la que volverán a ser vulnerables y dependientes como fueron al principio y será en ese momento cuando más necesiten de nosotros.

Es así como los adultos mayores necesitan mantenerse activos, física y mentalmente y nuestra responsabilidad no se limita a brindar alimento y vivienda, sino que requieren de la protección, cuidado y amor. La interacción humana es clave para la salud mental de todas las personas por igual y el aislamiento de un ser humano es un obstáculo para alcanzar la salud física y mental de nuestros familiares.

Es importante mencionar que las personas de la tercera edad pueden ser abandonadas incluso en su propio hogar. Los humanos tienen el derecho de

---

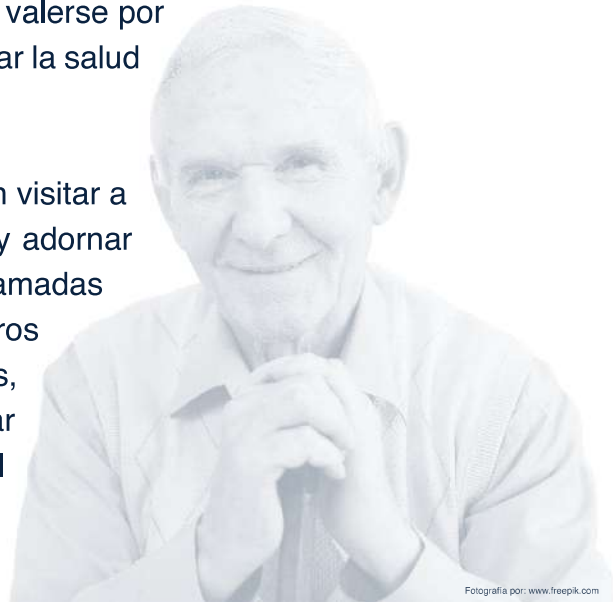
<sup>1</sup> Maynor Montero Salazar, Estudiante de Enfermería, Bibliotecología y del TC 505 “Estrategias para la promoción de la Salud Mental desde un enfoque de derechos humanos”, 2019. Correo electrónico: mmonterosalazar@gmail.com



disfrutar de calidad de vida a lo largo de su estancia en este mundo. Los seres humanos necesitamos estar en contacto con otras personas, el aislamiento es uno de los peores castigos existentes. Los adultos mayores merecen amor, protección y acompañamiento de forma activa. Las personas mayores necesitan una vida activa que detenga el deterioro mental y físico. Podemos caminar, recordar historias del pasado, aprender sobre el universo, descubrir música nueva o disfrutar música antigua, podemos visitar amigos o lugares turísticos e incluso jugar ajedrez con ellos. Lo importante es vivir con ellos y demostrarles que están vivos, que son valiosos y que son amados. Incluso si no pueden ver, escuchar, o recordar, ellos agradecerán nuestra compañía, ellos querrán seguir viviendo.

Aún si los adultos mayores han cometido errores en su vida, sus errores no los despoja de su humanidad, las personas tendemos a apartar a las personas que resentimos o que nos han dañado, sin embargo, resulta inadmisibles despojar a los ciudadanos de oro de los derechos que todos tenemos al nacer, es inconcebible que adultos conscientes abandonen y dejen en la calle sus mayores, personas que ya se les dificulta valerse por sí mismo. Es igual de inaceptable descuidar la salud mental de la población adulta mayor.

Desde nuestra espiritualidad, es común visitar a nuestros familiares, reunirnos en familia y adornar espacios cuando nuestras personas amadas mueren. Es injusto esperar a que nuestros adultos mayores mueran para visitarlos, para estar con ellos, para expresar sentimientos y para llevarles flores, el mejor momento es en vida, el mejor momento es ahora.



Fotografía por: www.freepik.com