

# La Convivencia Entre El Cuidador y El Adulto Mayor

Los cuidadores tenemos que ser agentes de cambio, creando iniciativas de participación social que fortalezcan las relaciones intergeneracionales entre un joven y una persona adulta mayor.

Son las 14:00 horas y como todos los días, Juan le llama por teléfono a Don Eduardo, una persona Adulta Mayor que aún con el confinamiento, ha entendido que el distanciamiento físico no implica necesariamente un distanciamiento emocional.

Como todos los días, Juan saluda a Don Eduardo y le pregunta por su familia, por su salud, por sus quehaceres y pone atención en el tono de su voz, en sus expresiones, en su estado de ánimo.

Una vez que confirma su disposición para trabajar, Juan le indica a Don Eduardo la actividad que realizarán. Las actividades van desde adivinanzas, juegos matemáticos, refranes, cuéntame tus películas favoritas, completa las frases, sinónimos y antónimos, entre otras.

Y es que Don Eduardo aceptó participar en un programa de voluntariado cuyo objetivo es combatir el aislamiento social durante esta pandemia.

Todos los voluntarios que integran este programa reciben una capacitación previa para entender las emociones de la persona adulta mayor durante esta cuarentena, para escucharlos, para tratarlos con respeto y empatía.

En esta relación intergeneracional, vale la pena citar a Albert Einstein, a propósito del valor de la creatividad:

“Hacer nuevas preguntas, investigar nuevas posibilidades, mirar los viejos problemas desde un nuevo ángulo, requiere imaginación creativa y marca los verdaderos avances en la ciencia. La imaginación es más

importante que el conocimiento: mientras el conocimiento es limitado, la imaginación engloba al mundo entero.”

Si durante este periodo aprovechamos la tecnología y nos acercamos con creatividad a nuestros adultos mayores, a través de una llamada telefónica, una video llamada, un mensaje, entre otras formas, los motivaremos para que el distanciamiento físico no lo entiendan también, como un distanciamiento emocional.

Los cuidadores tenemos que ser agentes de cambio, creando iniciativas de participación social que fortalezcan las relaciones intergeneracionales entre un joven y una persona adulta mayor.

Tenemos que desarrollar acciones por y para los adultos mayores, e involucrarlos para que sus experiencias sean un puente de unión y apoyo mutuo.

Después de todo, como decía Benjamín Franklin, “Dime y lo olvido, enséñame y lo recuerdo, involúcrame y lo aprendo.”

Autor: Arturo Hernández Mondragón

Recuperado de internet en <https://portaldeladultomayor.com/cuidador-y-el-adulto-mayor/>