



Francisca Jiménez, 85 años.
Carmen Aguilar García.

Del trabajo a la soledad

Sentada en un sillón azul, con los codos apoyados sobre las voluminosas extensiones de éste y la espalda pegada al respaldo curvado, Francisca Jiménez, de 84 años, se alegra de estar en esta residencia de Las Rozas de Madrid. Apartada del tráfico, la contaminación, las prisas y el ruido que reinan en la capital, el centro residencial privado se ubica en un entorno silencioso y rodeado de campo.

La residencia de mayores cuenta con una piscina, servicio de peluquería, podología, psicología, terapia ocupacional, enfermería, además de una biblioteca, una capilla, un jardín y adaptaciones para las habitaciones, desde televisiones hasta grúas en el caso que sea necesario. "La verdad es que el centro está muy bien equipado. No nos podemos quejar", cuenta la joven terapéutica del centro. Francisca es una de las afortunadas que vive en una habitación individual, pero se queja de estar en la planta donde alojan a enfermos psíquicos.

Y es que no todos los ancianos se encuentran en sus mismas condiciones. Francisca padece de colesterol, diabetes y tiene la tensión alta; sin embargo, a sus 84 años, no necesita a una persona a su disposición constantemente, sino que es ella la que se ofrece para ayudar a los trabajadores del centro y a sus propios compañeros. "Algunos chillan y lloran porque se quieren marchar. Yo estoy bien aquí". No obstante, no esconde que le hubiese gustado vivir en una residencia con no tantos enfermos y con más actividades y viajes. "Parece más un hospital que una residencia", afirma agitando las manos y volviéndolas a juntar mientras suspira.

Trabajo y sacrificio

Francisca asistió al colegio hasta que estalló la Guerra Civil, aunque faltaba con frecuencia. "Las monjas me decían que era una lástima que fuera la hermana mayor porque a mí me gustaba estudiar, pero las circunstancias me lo impidieron". Hace 70 años, las primogénitas estaban destinadas al cuidado de la familia y éste fue el caso de Francisca. Ante el estallido de la guerra, "con trece o catorce años, ya no me acuerdo", abandonó para siempre la enseñanza.

Cuando el conflicto terminó, el colegio había desaparecido. "Primero golpearon a las monjas porque las acusaron de repartir caramelos envenenados y después quemaron el convento. Todo lo vi yo". Recuerda, también, los bombardeos, los aviones sobrevolando la ciudad y el racionamiento de comida como si lo estuviera reviviendo. No obstante, a pesar de haber vivido una guerra de enorme interés actual, la anciana muestra cierta ignorancia ante lo sucedido. Su padre estuvo un día preso y a su marido lo hirieron en una mano, pero ella desconoce quién causó estas dos situaciones. "La gente, los que luchaban, fueron los que hirieron a mi marido", cuenta Francisca.

Si ya antes de la Guerra Civil Francisca ayudaba en casa, cuando ésta acabó orientó su vida al trabajo para la supervivencia de la familia y al cuidado de ésta. Comenzó



en el puesto de verduras del mercado de Cuatro Caminos y en el quiosco de horchata familiar; más tarde, fue empleada en un taller de resistencias.

Crió a sus tres hijos en el período de la posguerra. “Donaba sangre antes de que pasara el tiempo de espera, cada quince días, porque pagaban y necesitábamos el dinero” e inmediatamente, sin descansar, iba a su empleo. “He dado mucha sangre y he fregado muchos suelos para sacar adelante a mi familia”. Fue enfermera, madre, hija, hermana, esposa y trabajadora. La cirrosis atacó a su familia y causó la muerte de su hermano, su hermana y su madre, la que estuvo siete años enferma. Los médicos le reiteraban que debía ingresarla en un hospital, pero su madre se negaba y Francisca “lo único que podía hacer era cuidarla” era su deber y no se plantea otra alternativa. Cuando la cirrosis alcanzó a su hermana, ella la asistió durante los cuatro años que duró su enfermedad. Se convirtió en ese período en madre de sus hijos y de los de su hermana.

Ya rondando los 80, volvió a ejercer una profesión para la que nunca se preparó; aunque esta vez se enfrentó a una dolencia que no había tratado. Con 85 años su marido enfermó de alzheimer y ella lo acompañó y cuidó, sin desatender las tareas domésticas. “Mi marido salía de casa y no sabía volver. Tenía que ir yo a buscarlo y, en varias ocasiones tuve que llamar a la policía”. Santiago Hernández, el marido de Francisca, padecía también problemas de próstata, “se orinaba y escondía los calzoncillos en el cajón. Era demasiado para mí.” cuenta mientras se reincorpora en el sillón.

Soledad

A los 58 años de casados, Santiago Hernández muere. “La casa se me vino encima, a veces comía sin pan porque no tenía ganas de salir a comprar”. Contaba con una asistenta social que iba dos veces en semana, pero no cubría sus necesidades. Con la muerte de su marido, Francisca cuenta que se sentía sola y “sola me muero de pena y de angustia”; además, temía que tuviera algún problema y no encontrara a nadie a quien avisar.

La soledad en un anciano puede acarrearle enfermedades de aspecto físico y psicológico producidas por la depresión. Más aún, se pueden presentar problemas de memoria y de hipocondría, según las opiniones del doctor Kabbabe que recoge el artículo *La soledad, implacable verdugo de ancianos* de www.buenasalud.com. Por su parte, la psicóloga Marta Susana Temanti asegura que los ancianos son el grupo con mayores tasas de suicidios y depresión, debido a cambios físicos y familiares.

“Toda persona en edad avanzada requiere compañía y la soledad es el peor enemigo de una persona que se encuentre en la tercera o cuarta edad” expresa el psiquiatra venezolano Rubén Hernández. A lo que añade que la mejor terapia para vencer la soledad es la integración familiar, pues si los padres forman y educan a sus hijos, éstos últimos tienen la obligación de cuidarlos al final de su vida. Existen ONGs que se dedican a combatir la soledad, como Solidarios. El 25% de los voluntarios de esta organización destina parte de su tiempo a la compañía de personas de edad avanzada.

La soledad empeora la calidad de vida de los mayores y puede causar la muerte. Para prevenir dicho sentimiento o situación, el médico especialista en envejecimiento, Juan Carlos Demare, propone unas alternativas como el cuidado en el hogar,



conseguir un compañero de casa, agregar un cuarto para el mayor en la casa de algún hijo o las residencias geriátricas. En cualquiera de los casos, Demare recalca la necesidad de planificación de la situación con anterioridad, la involucración de todos los miembros de la familia y la atención a las peticiones de la persona aludida.

Francisca Jiménez vendió su piso para tener la seguridad de financiar la cuota del centro residencial. “Ya no tengo más casa que ésta”, asegura. Desde que su marido enfermara de alzheimer, ella intentó obtener una plaza, aunque no la consiguió hasta hace cuatro meses.

Fue su propia iniciativa la que la llevó a solicitar el ingreso. “Mis hijos tienen su vida y sus matrimonios; y yo sentía que molestaba en todas partes”. Francisca se siente orgullosa de ellos y no cesa de repetir que ellos la quieren y que la visitan en fechas señaladas, como en cumpleaños y santos. “Mañana es el cumpleaños de una de mis nietas y van a venir a por mí”. No obstante, no esconde que fue su sentimiento de soledad lo que la impulsó a vivir en una residencia. “Tanto como he luchado por los demás... Eso no lo sabe nadie. Y ahora me encuentro sola, por eso me he venido aquí”, palabras que pronuncia mientras los ojos se le inundan de lágrimas y la cara toma un color rojizo.

Hace ya una hora que comenzó la entrevista y Francisca continúa en la misma posición. Se oye por los altavoces del pasillo una voz femenina que avisa para la comida. Ella la escucha, gira la cabeza y exclama que comparte mesa con gente que no sabe comer, que lleva pañales. Asegura que no se arrepiente de estar en esta residencia, pero que le gustaría vivir en otro centro que no tuviera tantos enfermos. Sus hijos no conocen este deseo de Francisca y ella tampoco está dispuesta a contárselo. Teme, además, que por intentar encontrar otra residencia geriátrica que se adecue a sus expectativas pierda la plaza en esta y vuelva a quedarse sola.

Francisca Jiménez habla con ilusión de los viajes que le hubiese gustado realizar y de los museos y teatros que le encantaría ver. “Ahora me entretengo con los crucigramas y la televisión”. Se levanta y se dirige al cajón de la mesa de donde saca dos libros de crucigramas. Después de un suspiro y con tono apesadumbrado, repite que ya no le queda nada, que su vida fue dura y siempre estuvo trabajando, pero que no podía haber sido de otra manera. Lo que hizo era su obligación.

Lo importante de la vida

Ordenadores, teléfonos móviles y videoconsolas son las peticiones más frecuentes que se hallan en las cartas de los Reyes Magos de los niños de “última generación”. La sociedad actual se caracteriza principalmente por el consumismo y las nuevas tecnologías. La catedrática de la Universidad de Valencia, Adela Cortina, define la sociedad consumista como “aquella cuya dinámica central está constituida por los bienes de consumo superfluos, y en la que, además, la gente cifra su éxito y su felicidad en ese consumo”. Si hace unos años los chicos y chicas jugaban entre ellos sin mayores necesidades que una esquina en la que esconderse o un balón; los de ahora requieren una gran gama de dotaciones y equipamientos, desde la equipación del deporte al que juegan hasta un ordenador conectado a la red.

No obstante, no sólo son los menores los que conforman esta sociedad del consumo, sino que la población cree que el éxito radica en la posibilidad de presumir de coches



de lujo, joyas o PDAs. Y esto es lo que les proporciona felicidad. Para Adela Cortina, “estamos en la era del consumo porque el consumo está en la médula de nuestras sociedades”, es algo natural a los individuos actuales que no conciben la vida de otra manera.

Frente a esta situación actual en la que la felicidad consiste en tener el último modelo de reloj que ha sacado al mercado Viceroy, Francisca Jiménez afirma de forma decidida que no es preciso el dinero para ser feliz. “A pesar de todo lo que he trabajado y todo lo que he sufrido, guardo buenos recuerdos de algunos momentos inolvidables”. Destaca las reuniones con familiares y amigos como lo mejor de la vida y las “cosas sin importancia”, situaciones del devenir cotidiano.

Francisca sonríe al rememorar las Nocheviejas que pasaba en el cine con su marido y algunos amigos. “Nos comíamos las uvas allí, en un cine, y no necesitábamos nada más para divertirnos”. Así como la ilusión de esas noches, también se acordó de lo feliz que era cuando algún sábado, “no todos porque no teníamos dinero suficiente”, salía a pasear y se compraba una milhoja, un dulce. Eran los tiempos de la guerra y la posguerra en los que las familias difícilmente podían permitirse un consumo innecesario y en los que los niños eran un factor de producción importante para el sustento.

“No es necesario el dinero para ser feliz”, expresión que Francisca recuerda pero que parece que hoy se ha quedado muy atrás, en las profundidades de la memoria de los abuelos y abuelas que vivieron los peores años, los años del trabajo y la pobreza. Sin embargo, y aunque parezca paradójico para la sociedad del S. XXI, al igual que Francisca, son muchos los ancianos que afirman que han sido felices en los “años oscuros” de la historia de España, “porque teníamos gente que nos quería y con la que pasábamos casi todo el tiempo, nunca me sentía sola”. Un helado, un paseo o una bolsa de pipas eran un placer para los niños de hace 70 años.