



- Ciencia
- Tecnología
- Salud

01 | MAY | 2020



Foto: Xinhua/Marcos Salgado, archivo

Cómo proteger y ayudar a los adultos mayores ante el Covid-19

01/05/2020 | 01:35 | Roberto Gutiérrez Alcalá

Es probable que, con el paso del tiempo, el contagio de Covid-19 se extienda a zonas rurales, por lo cual hay que ir previendo qué se hará con los adultos mayores que viven en ellas

Me gusta 4,9 mill.

Seguir a @El_Universal_Mx

De acuerdo con la **Organización Mundial de la Salud**, los adultos mayores —junto con las personas que padecen enfermedades preexistentes, como hipertensión arterial, obesidad o diabetes— desarrollan, con más frecuencia que otras, cuadros clínicos graves de la enfermedad causada por el **Covid-19**.

Por eso, la población en general debe tomar conciencia de que es muy importante brindar una protección eficaz a estos grupos, para que no contraigan dicho virus.

“Por fortuna, la población de nuestro país es sumamente solidaria. Basta recordar cómo



huracanes y terremotos , dice Verónica Montes de Oca, investigadora del Instituto de Investigaciones Sociales de la UNAM y coordinadora del Seminario Universitario Interdisciplinario sobre Envejecimiento y Vejez.

En opinión de Montes de Oca, con respecto específicamente a los adultos mayores, resulta oportuno reforzar las redes sociales de apoyo familiar, conformadas por todos los miembros de una familia (hijos, nietos, sobrinos, hermanos...).



Vital, mantener la calidad del aire en ambientes interiores

“En el día a día, estas redes son maravillosas, pero bajo las actuales circunstancias pueden ser una fuente de contagio del coronavirus Covid-19, por lo que deben operar a distancia, ya sea mediante teléfonos fijos, celulares, WhatsApp, Facebook o Instagram, aunque hay que tomar en cuenta que una gran cantidad de adultos mayores no utiliza estas aplicaciones.”

En ocasiones, las redes sociales de apoyo familiar se mantienen pasivas, pero de pronto, ante una emergencia, se activan. Según la investigadora universitaria, ésta es una interesante práctica de nuestra cultura.

“En todo caso, hay que llamar por teléfono a los adultos mayores, sin olvidar a aquéllos con los que casi no mantenemos comunicación y sólo vemos en Navidad, en alguna boda o en algún cumpleaños, es decir, de vez en cuando, para saber cómo están, qué necesitan”, añade.

Otras redes básicas insustituibles son las vecinales, sobre todo las que operan en las unidades habitacionales, donde muchos adultos mayores residen en pisos altos.

“Estas redes deben activarse igualmente a distancia. Todos, como vecinos de algún edificio, de alguna cuadra, sabemos dónde viven adultos mayores. Así pues, creo que es pertinente ofrecerles ayuda y apoyo, y atender sus necesidades sin que corran el más mínimo riesgo de contagio y sin que se sientan invadidos en su privacidad”, indica Montes de Oca.

Casi todos los esfuerzos para contener la pandemia originada por el coronavirus Covid-19 se centran, por su densidad poblacional, en las zonas urbanas; sin embargo, es probable que, con el paso del tiempo, aquélla se extienda a zonas rurales, por lo cual hay que ir previendo qué se hará con los adultos mayores que viven en ellas, para evitar que se contagien y propiciar que permanezcan en buenas condiciones de vida.

“Esta pandemia nos da la oportunidad de repensar a la familia desde una perspectiva crítica. Tenemos que considerar que no pocos adultos mayores sufren maltratos por parte de sus propios familiares. Si nos enteramos de un caso así, los vecinos tenemos la obligación de alertar inmediatamente a las autoridades”, concluye la investigadora.