

## REPORTAJE

Texto: J.A. OTERO RICART

Fotos: JOSÉ LORES / XOÁN ÁLVAREZ

La boda del magnate de la comunicación Rupert Murdoch a sus 84 años o el romance del escritor Mario Vargas Llosa, de 79 años, con Isabel Preysler traen a la actualidad un tema rodeado de tabúes: las relaciones amorosas de las personas mayores. Psicólogas, pedagogas y educadoras sociales cuestionan viejos estereotipos sociales, como el que sirvió a Castelao para titular una de sus obras de teatro "Os vellos non deben de namorarse".

Para Raquel Ramos, vocal de la Sociedade Galega de Xerontoloxía e Xeriatría, es incuestionable que "los años no destruyen la capacidad de amar; se viven las emociones con la misma intensidad que cuando eres joven. La necesidad de tener intimidad, el contacto físico, el placer, son aspectos inherentes al ser humano y permanecen toda la vida". El problema, en su opinión, es que vivimos en una sociedad cargada de estereotipos negativos hacia los mayores, "y cuando hablamos de amor, afectividad o sexualidad, todavía más". Comenta Raquel Ramos que la sociedad "les está negando la capacidad de amar, damos por hecho que ellos ya no tienen esa necesidad".

En la misma línea se expresa Sara Iglesias Eirín, coordinadora de zona de las residencias de Geriatros en el área de Vigo y directora del centro de Barreiro. "Como para cualquier persona —señala—, la afectividad es una emoción positiva para las personas mayores, con expresiones como compañía, cariño, abrazos, ternura...". Sin embargo, hoy en día, se sigue manteniendo una visión social negativa de algunos aspectos de la afectividad en los mayores, tales como que tengan una nueva pareja. "Pero lo único que puede afectar a las vivencias afectivas de un mayor son los cambios a nivel funcional y a nivel físico que se producen en edades avanzadas y las patologías y el estado de salud de una persona mayor", matiza Sara Iglesias. Incluso en esos casos se sabe que personas diagnosticadas de demencias avanzadas o de otros procesos patológicos "son capaces de percibir aspectos de la afectividad tales como caricias, besos o abrazos".

En las asociaciones de mayores conocen bien el dinamismo de un sector de la población cada vez más activo. Luis Lago, presidente de la Asociación de Jubilados y Pensionistas "Alfonso Daniel Castelao" de Vigo, señala que "tenemos algunas parejas que se conocieron en la coral Alborada y que están viviendo juntas... a ver si tenemos pronto una boda". Añade que conoce varios casos de personas mayores que "están enamoradas, pero no se deciden a formalizar su relación, hace falta darles un empujón y animarles".

## Desmontando tópicos

"Las mujeres vivimos de promedio cinco o seis años más que los hombres, por lo que la pérdida de la pareja suele ser algo frecuente. Lo que no suele ser tan frecuente es que se inicie una nueva relación sentimental", apunta por su parte Raquel Ramos. Entre otros motivos no lo hacen porque los estereotipos que

# AMOR EN EL INVIERNO DE LA VIDA

PAREJAS DE MAYORES Y PSICÓLOGAS GERIÁTRICAS SALEN AL PASO DE LOS ESTEREOTIPOS QUE CUESTIONAN LAS RELACIONES SENTIMENTALES EN LA TERCERA EDAD



José Lores

## Álvaro (80) y Julia (80): "Los años no son inconveniente para vivir la vida"

Álvaro Barciela y Gloria Sabino son dos vecinos de la parroquia viguesa de Cabral que hace dos años iniciaron una relación sentimental. Ambos tienen 80 años y son viudos, y aunque forman pareja, no tienen pensado contraer matrimonio. Fue a raíz de una excursión organizada por la Asociación de Jubilados y Pensionistas "Daniel Castelao" cuando empezaron a salir juntos, "aunque nos conocíamos de toda la vida", comenta Álvaro. "Los años no son inconveniente para vivir la vida", coinciden en señalar Gloria y Álvaro, a quienes no les preocupa lo que

pueda pensar la gente de su relación sentimental. "Cada cual que piense lo que le parezca, lo importante es que nos llevamos muy bien, y es precisamente ahora, de viejos, cuando se necesita más un compañero", afirma Gloria, una mujer que no tuvo una infancia fácil y que empezó a trabajar a los 15 años en la fábrica de Álvarez. "Después trabajé como auxiliar de clínica en el hospital Nicolás Peña", añade. Quedó viuda hace 27 años. Álvaro, por su parte, trabajó 45 años en Frigoríficos de Vigo, pero también cortando pinos en el monte. "Desde los 11 años ya es-

ta trabajando", apunta. Enviudó hace diez años y tiene tres hijos y una hija. A ambos les gusta el baile y sobre todo viajar. Hace un par de semanas estuvieron en Ibiza y ahora ya están preparando otro viaje a Córdoba. "Al estar juntos siempre te anima más, tienes con quien hablar; de estar sola no iría a estos viajes, ni siquiera saldría de casa", comenta Gloria, que participa en actividades de labores y encaje de bolillos en la Asociación de Jubilados "Daniel Castelao" de Cabral. Álvaro, por su parte, es delegado de la asociación y canta en su coral, "Alborada".

» En la mayoría de los casos estas nuevas relaciones no acaban en boda por el temor a las reacciones de los hijos, pero también por miedo a perder la pensión de viudedad «

hay a nivel social afectan mucho a las personas mayores. Y es que, como señala esta pedagoga y educadora social, "a los hombres que simplemente se atreven a mantener relaciones amorosas a partir de cierta edad se les califica como *viejos verdes*, y si hablamos de las mujeres mayores, todavía peor. Está muy mal visto y es objeto de mofa a nivel social, e incluso se encuentran con el rechazo de la familia".

No es que haya muchas parejas "clandestinas", sino que son las propias personas mayores las que reprimen esas necesidades de afecto y de relaciones "porque ellos mismos viven condicionados por esos estereotipos sociales. Tienen tan interior-

izado que ellos no deberían tener esas necesidades que las descartan de antemano".

Sin embargo, como apunta Natalia Santos, psicóloga del centro de día para mayores "Parque Castrelos", de Vigo, al contrario de lo que algunos puedan pensar, "en esta etapa de la vida el amor se convierte en algo imprescindible y de vital importancia para envejecer de forma satisfactoria y saludable". Como enfatiza Raquel Ramos, "la afectividad no envejece". Eso sí, se manifiesta de distinta forma cuando uno es joven que cuando es mayor: "en la juventud el enamoramiento es más fogoso, más pasional, mientras que los mayores se muestran más maduros, más sere-

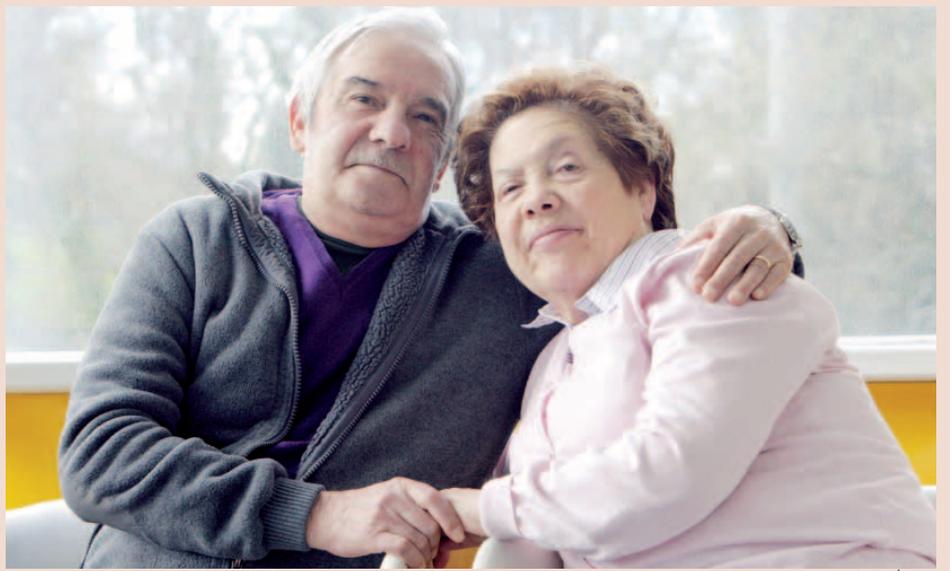
nos, porque han aprendido con la edad a manejar mejor las relaciones", comenta la vocal de la Sociedade Galega de Xerontoloxía e Xeriatría.

En la mayoría de los casos estas relaciones no acaban en boda por el temor a las reacciones de los hijos, pero también por miedo a perder la pensión. "Los factores económicos también influyen, por su puesto", afirma esta pedagoga. Raquel Ramos destaca que es muy importante la educación para poder combatir todos estos estereotipos en la sociedad, y entre los propios mayo-



## Eduardo (68) y Julia (71): “Los mayores también nos enamoramos”

Eduardo Ares y Julia Iglesias se conocieron hace poco más de un año en la Residencia de Mayores de Santiago de Compostela y ahora forman pareja, aunque no tienen previsto casarse. Él tiene 68 años, trabajó en la construcción y está separado. Ella tiene 71, trabajó 30 años en Francia en una fábrica de relojes y es viuda, madre de una hija. Natural de Boqueixón, Eduardo se lo pasa bien en las distintas actividades que organiza esta residencia de Geriatros; a Julia le gustan los juegos “y me encanta la gimnasia”. Eduardo reconoce que fue Julia, natural de Ferrol, la que dio el primer paso en esta relación al sentarse a su lado, “y desde entonces estamos siempre juntos, todo el día. Los mayores también nos enamoramos, claro que sí”, apunta Eduardo, que tiene 3 hijos y cuatro nietos. Julia, por su parte, comenta que la edad no es ningún problema para mantener una relación afectiva: “Eduardo me pareció un buen chico, me sentaba a su lado y la cosa surgió así”. Añade que ambos tienen distintas formas de ser, “pero eso no importa para estar enamorados”.



Xoán Álvarez



res, que “deben entender que es normal vivir las relaciones afectivo-amorosas a lo largo de toda la vida”. Así lo entiende también la psicóloga Natalia Santos. En su opinión, si conseguimos deshacernos de estos estereotipos y analizar detenidamente la situación, lo cierto es que “son las personas mayores las que gracias a sus vivencias y a su experiencia, son capaces de amar de una forma más profunda y sincera, alejándose del impulso y la pasión física de la juventud para trascender a un plano más espiritual, maduro y sereno, en el que se aceptan y comprenden las limitaciones del otro, se sirve de compañía y se da apoyo a la pareja”.

En cuanto a las residencias y centros de día, señala Raquel Ramos que arquitectónicamente no están preparados para favorecer ese tipo de relaciones, “pues hay habitaciones compartidas y sin pestillos en las puertas; está todo organizado para que los trabajadores tengan un control de las personas mayores, pero eso anula la posibilidad de tener una mayor intimidad”.

Sara Iglesias, directora de la Residencia Geriatros de Barreiro, matiza que ese no es su caso: “Nosotros preservamos siempre la intimidad de la persona mayor y por lo general, facilitamos que parejas o matrimonios



José Lorez

**Matrimonios de largo recorrido.** El amor en la Tercera Edad no solo es cosa de nuevos enamoramientos. Matrimonios como los de Paco y Nieves y Eduardo y Lola (en la foto en el centro de día “Parque de Castrelos”) son todo un ejemplo de fidelidad. Llevan 60 y 58 años de casados, respectivamente. Para Paco, “el secreto para llevarse bien es tener paciencia con la pareja y quererle mucho”. Lola, por su parte, comenta que “si me falta Eduardo me falta todo; el día que falte uno de los dos, detrás se irá el otro”.

compartan habitación en nuestras residencias. De todas formas, son pocos los mayores que en una residencia conservan la pareja y menos aun los que en la propia residencia encuentran pareja”. Añade que en una residencia o centro de día la expresión más habitual de la afectividad

en los mayores es la manifestación de afecto, cariño, compañía y normalmente, el apoyo en el cuidado del miembro de la pareja con peor estado de salud.

Coinciden las psicólogas en que lo que realmente dificulta las relaciones sexuales de las personas ma-

yores son los cambios fisiológicos y hormonales que se producen en la vejez, así como algunas enfermedades físicas y el estado emocional de la persona. Pero, como señala Natalia Santos, “la sexualidad es una necesidad básica que se extiende a lo largo del ciclo vital y que contribuye a mantener una buena salud y mejorar la autoestima y la felicidad”.

ye a mantener una buena salud y mejorar la autoestima y la felicidad”.

### Clubes de jubilados

Los clubes de jubilados y pensionistas, como el “Daniel Castelao” de Cabral, son lugares apropiados para que los viudos entablen nuevas relaciones. Como señala su presidente, Luis Lago, “hay mucha gente mayor que vive sola y que necesita cariño y relacionarse con otras personas; es lo que procuramos facilitarles”. En las actividades de la asociación participan “unas 500 personas mayores de la zona de Cabral y Lavadores, algunas de más de 85 años”. A pesar de la edad, son los primeros a la hora de bailar o de viajar.

Tere González Costas, que lleva 27 años atendiendo actividades de mayores en el Centro Veciñal e Cultural de Valladares, destaca la vitalidad de este colectivo: “Las personas mayores desean ponerse al día en muchas cuestiones, como en el uso de los teléfonos móviles, por ejemplo”. En cuanto a si se dan también nuevas relaciones sentimentales entre ellas, Tere cree que sí, pero “muchas veces no lo hacen público”.

Como señala por último Natalia Santos, “el amor no termina cuando llega la vejez, sino que la vejez empieza cuando acaba el amor”.



SARA IGLESIAS  
Directora de  
Geriatros Barreiro

“Preservamos siempre la intimidad y facilitamos que parejas o matrimonios compartan habitación”



RAQUEL RAMOS  
Vocal de la  
Sociedade Galega  
de Xerontoloxía  
e Xeriatría

“La afectividad no envejece, lo que sucede es que se expresa de una forma distinta que en la juventud”



NATALIA SANTOS  
Psicóloga del centro  
de día “Parque de  
Castrelos”

“Las personas mayores, por su experiencia, son capaces de amar de una forma más profunda y sincera”

