

Bienvenida Vejez

● En el otoño de la vida, el tiempo se vuelve memoria y la memoria, enseñanza.

El 25 de marzo, en la casa Prochelle, será la presentación del libro "Bienvenida Vejez" del cual es autora Lucía Ferrer Jerez, primera alumna titulada en la Escuela de Artes Plásticas de la Universidad Austral de Chile y Directora, durante 11 años del Liceo de Niñas de Valdivia.

La autora tiene un objetivo claro cual es el de acompañar a los adultos mayores orientándolos en el caminar hacia un período de la vida, la vejez, al que inevitablemente se ha de llegar.

En cuatro breves capítulos, plenos de contenido, expone sus reflexiones sobre la vejez la que, en los tiempos que actualmente vivimos, ha sido afectada por los cambios científicos, tecnológicos y económicos y la repercusión de ellos en la sociedad la cual ha experimentado variaciones que inevitablemente influyen en la vida de todos.

En los albores del siglo 20 los abuelos tenían una fuerte presencia en la familia siendo cuidados y respetados por todos. Hoy día las necesidades crecientes, estimuladas por un mercado infrahumano, han debilitado los lazos familiares dejando a los viejos en un lugar al menos secundario. No podemos, dice la autora, luchar contra lo inevitable sino más bien prepararnos en lo personal y familiar para gestionar un tiempo que llegará.

Hay que educar para el envejecimiento preparándonos para vivir una etapa que muchos la ven lejana pero



Hasta el 27 de marzo de 2026 estará abierta la convocatoria de Fundación Luksic que desde los días de jóvenes de enseñanza media te ofrece oportunidades educativas y laborales. En la página de la Fundación.

que es inevitable. La vejez no es solo una realidad personal sino social. Los viejos han vivido un tiempo en el cual, con aciertos y errores, han aportado a la sociedad mediante su trabajo, su experiencia y su cariño. Son dignos de respeto. Los Derechos Humanos, tan mencionados en tiempos de convulsión social, tienen una vigencia máxima con los viejos tanto en su hogar como en casas de acogida en las que muchos han tenido que relegarse.

Es bueno leer y releer el libro de Lucía Ferrer para reflexionar sobre esta nueva edad social que es la vejez.

Omar M. Henríquez F.

Estrés crónico y memoria

● El estrés crónico se ha vuelto parte del día a día de muchos chilenos, pero pocas veces reconocemos cuánto