

## EDITORIAL

# Soledad en la tercera edad: una deuda pendiente

“Más allá de los años vividos, la compañía sigue siendo una necesidad vital que no podemos negar”.

*En un rincón silencioso de muchas ciudades y pueblos, viven miles de adultos mayores que enfrentan cada día con una compañía que no eligieron: la soledad. Sus historias, cargadas de sabiduría, sacrificios y amor, se desvanecen en el olvido mientras el mundo gira cada vez más rápido, muchas veces sin mirar atrás.*

*La soledad en la vejez no es solo una cuestión emocional; es un problema de salud pública. Estudios han demostrado que el aislamiento social puede ser tan perjudicial como fumar quince cigarrillos al día. Aumenta el riesgo de enfermedades cardiovasculares, deterioro cognitivo y depresión. Pero más allá de las estadísticas, está el rostro humano: abuelos que esperan una llamada que no llega, vecinos que ya no reciben visitas, miradas que se apagan lentamente.*

*Cuidar de nuestros mayores no es solo una cuestión de deber moral,*

*es un acto de justicia y gratitud. Ellos construyeron los cimientos de nuestras sociedades, criaron generaciones, trabajaron incansablemente y nos legaron valores que hoy nos sostienen. No podemos permitir que su recompensa sea el abandono.*

*La responsabilidad es compartida. Las familias deben reencontrarse con el valor del tiempo compartido. Las comunidades deben crear espacios de inclusión y participación. Y los gobiernos deben garantizar políticas públicas que promuevan el envejecimiento digno, con acceso a salud, cultura y redes de apoyo.*

*En un mundo que idolatra la juventud y la velocidad, urge recordar que la vejez también es vida. Una vida que merece ser vivida con compañía, respeto y amor. Porque cuidar a nuestros mayores no es solo proteger su presente, es honrar nuestro pasado y construir un futuro más humano.*