

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.