



## Os vellos: así de real

---

Xaquín Campo Freire<sup>1</sup>

### 1.- Advertencia previa

Toda medalla ten a súa cara e cruz. Eu desta volta voume ocupar de analizar a parte non bonita. Isto non gusta aos que habitualmente se moven polo mundo guapo. Pero é esencial na dinámica da dialéctica. Por iso quero facer unha advertencia absolutamente imprescindible para quen lea este artigo. Sei que hai realidades excelentes e experiencias modélicas dignas de toda loanza. Desta volta eu non me vou centrar aí nin ocuparme delas. Sería máis bonito e alentador. Serían os anciáns ricos, con poder, con activos económicos ou con familiares abondo e que poden decidir e escooller. Pero esa ancianidade xa está moi estudada na xerontoloxía social. Non quero excluílos da reflexión. E merece ser tratada con toda consideración e respecto.

Pero, sinxelamente, na sociedade hai unha liña divisoria. E a min tocoume, desta vez, estar como testemuña destoutro lado da raia. Dos que eu vou falar teñen outra vida e outra problemática diferente, principalmente o mal trato, os malos tratos e a soidade. E morren sós e nin «lle morren a ninguén». E iso é real hoxe e aquí. Eu quero centrarme nos outros anciáns, nos pobres. Nos vellos pobres e nos pobres vellos. Eses das pensións que non alcanzan a medio mes e que non dan ben para a supervivencia ou pouco máis. Os sen pensión ou sen familia nin casa. «Os sen recursos». Iso que antes chamaban os «*ancianos desamparados*». Os das clases populares, os das barriadas, os campesiños, os mari-

---

1 Xaquín Campo Freire é membro do Consello de *Encrucillada*, párroco en Mandiá-Ferrol.

ñeiros. Os sen recursos e os abandonados: Os homes vellos. As mulleres vellas. Algúns na rúa ou refuxiados en casas, coma eles mesmos, arruinadas.

E isto por que? Porque é o mundo no que eu me movo. E ademais eu tamén son vello. Por iso emprego esta verba da que moitos queren fuxir. Pensan que con non pronunciala xa seedulcora a realidade. «Ti non es vello, din. Ti es maior. Vellos son os trapos». Non, amiguiños. Eu son vello, coma os trapos, eses que se gastaron servíndonos e agora apartámoslos da vista. Si. Eu son vello porque a vida chegoume a esta etapa. E como tal, quero que me tratades. Pero ollo á idea que temos da «vellaría». Aí radica o problema, no concepto despectivo que reina na sociedade actual. Estamos devorados por unha sociedade mercantilista e só vale o que lle dá negocio á minoría oligárquica. «Esa economía mata», como di o papa Francisco. Non a unha economía da exclusión. Non a esa cultura «do descarte». Así como o mandamento de «non matar» pon un límite claro para asegurar o valor da vida humana, hoxe temos que dicir «non a unha economía da exclusión e da inequidade (e da iniquidade)». Esa economía mata. Non pode ser que non sexa noticia que morre de frío un ancián en situación de rúa e que si o sexa una caída de dous puntos na bolsa. Iso é exclusión. Non se pode tolerar máis que se tire comida cando hai xente que pasa fame. Iso é iniquidade» (EG 53)<sup>2</sup>. «Usar e tirar». «Esa economía mata». E iso non se arranxa con palabra eufónicas. Porque, no fondo, esa é a realidade apartada, separada.

Un testemuño:

*Llamar «abuelo» a un viejo es reducirlo a una condición pastoril. Cuando escucho ese «abuelo» siento que es la expresión del tenebroso desprecio y el histérico espanto que la sociedad siente por los viejos. No todos los viejos son buenos. Los hay aberrantes. Pero, buenos o malos, preferimos no verlos. En un mundo en el que hay cifras para todo no hay estadística que mida la cantidad de viejos humillados, vejados, golpeados. ¿Cuántos son, cómo los matan? No*

---

2 PAPA FRANCISCO, *Evangelii Gaudium*, número 53. (EG).

*estaría mal hacernos la pregunta: ¿los viejos tienen derechos? O peor aún: ¿para qué queremos a los viejos? ¿Los queremos?»<sup>3</sup>.*

O problema e os problemas dos vellos e das vellas xa veñen de vello. Un exemplo entre moitos: Ano 1220 a. C.: A esta época poden remontarse as máis antigas formulacións orais do Decálogo de Moisés (Ex 20, 12-15). Pois velaquí<sup>4</sup>:

Honra ao teu pai e á túa nai para que vivas moitos anos na terra, que o Señor o teu Deus che vai dar. Fillo coida dos teus pais na súa vellez e durante a súa vida non lles causes tristeza. Aínda que perdan o xuízo se indulxente con eles e non os despreces, mentres ti esteas en pleno vigor, porque a compaixón cos pais non será esquecida (Eclo 3, 3-7, 14-17).

Que Galicia ten hoxe unha poboación súper avellentada chega con ler os titulares ou letras grandes cada día en calquera xornal. Que a crise provocada pola corrupción baleirou toda a capitalización de aforro que durante tantos anos fomos traballando entre todos, abonda con ver que camiño levaron as Caixas e a onde foron parar os cartiños que os emigrantes foron depositando nos diversos bancos. Que o noso rural está niso que agora dan en chamar a «España baleira», abonda só con observar por onde queira que vaias as casas, até non hai moito cheas de xente, están agora cubertas de silvas e regañadas polas catro bandas. Esas mesmas casas que tanta suor e bágoas supuxeron aos nosos entregos e devanceiros para chegaren a elas. Non me vou perder en datos estatísticos. Só vou indicar isto: de seguirmos as necrolóxicas cada día veremos que a meirande parte son xente de setenta e cinco anos para arriba ata os noventa e tres, máis ou menos. E non son ningunha excepción, coma antano, atoparmos todos os días homes e mulleres centenarios. Outro dato: reparastes na distorsión mediática da apreciación da idade? «Falleció el joven de 45 años...».

3 LEILA GUERRIERO. «Los viejos» *El País*, 1/2/2017. [https://elpais.com/elpais/2017/01/31/opinion/1485870279\\_401876.html](https://elpais.com/elpais/2017/01/31/opinion/1485870279_401876.html)

4 *Biblia*, La Casa de la Biblia, Sígueme, Salamanca 1992, p. 1900.

Como nas cidades, en barriadas sen ascensores, moitos ficaron atrapados na súa soidade desde hai anos. Tanto que os veciños xa non saben se alí vive ou morre alguén. E considéranse privilexiados os que aínda poden chegar ao peitoril dunha fiestra e desde alí, debrozados, pasaren horas e horas vendo o decorrer dunha existencia que xa non lles pertence e lles está a dicir ás claras que xa están por demais nesta vida. E se a alguén se lle ocorre ollar distraído cara arriba, verá unhas mans que lle fan acenos e detrás uns olliños que din: por favor, dime algo, respóndeme ao meu saúdo, para dar-me a sensación de que aínda alguén me fai caso por máis que só sexa por un intre fuxidío. Como nos corredores de calquera parque, arrimados a unha cachaba ou a un «taca-taca», van camiñando lentamente moreas de vellos en viaxes cara a ningures un día si e outro tamén sen decatárense, na meirande parte das veces, dos que caladiñamente causaron baixa definitiva ou sufriron un dos múltiples accidentes que ocorren decotío<sup>5</sup>.

Que cal é a situación das pomposamente denominadas residencias, xeriátricos, casas de repouso, fogares da terceira idade, etc.? Por que non se acaba de aprobar unha lei para que, en serio e sen avisar, cheguen e inspeccionen a situación, a infraestrutura e o trato persoal destes centros? Por que non se vixían as condicións laborais do persoal traballador, esgotado e con horarios absolutamente abusivos, desbordados polo número excesivo de persoas a coidar e a sobrecarga de tarefas custosas e difíciles de realizar? Dá o mesmo a patoloxía que teñan. «Tócanche vinte ou trinta. Espile». «E sen chistar»<sup>6</sup>. Logo, así hai fallos ou abusos reais por persoas absolutamente queimadas que non poden estar tarifadas no tempo senón dar atención personalizada nos coidados a ese ancián e desde ese coidador. Todo se resolve cargándolle as culpas

---

5 RAQUEL HEREDIA, *La agenda de los amigos muertos*, Plaza&Janés, Barcelona 2000. 3.ª, p. 93. «Madre, ¿no comprendes que en mi agenda no hay más que nombres tachados? Es la agenda de los amigos muertos».

6 «Asociacións de Enfermaría de todo o mundo apoian fixar por Lei un número máximo de pacientes por enfermeiro». Critican que «España está moi lonxe da media dos países europeos» en número de atención de pacientes por profesionais. <https://www.galiciaconfidencial.com>, Por Europa Press / Redacción | MADRID | 14/08/2019.

a un individuo cando as causas son estruturais e de explotación laboral. Máximo lucro, mínimo gasto, mala calidade. A xente necesita traballar. Por iso soporta o indicible. Logo lemos ou saltan escándalos de deshumanizacións. Pero detrás hai unha verdadeira invisibilización de anciáns non ben atendidos. De coidadores non sempre formados adecuadamente. A meirande parte son mulleres traballadoras, moitas delas con cargas familiares e mesmo de parellas rompidas, coa saúde física e psíquica desfeita. Son principalmente mulleres. E non sempre con medios mecánicos de mobilización de corpos moi pesados.

E as familias dos anciáns? Só un testemuño: «Si, home. Co que nos custou encontrar un lugar aquí para ‘colocalo’, imos agora dicir algo e que nolo poñan outra vez na rúa e que o problema se volva contra nós? Non! Onde encontrar «outra praza»? E ademais, quen paga? Porque son moi caros! E temos fillos. E tampouco hai moito acordo entre a familia. O mellor é irmos tirando. E que vaian pasando os días. Total para o que vai durar! Un pouco máis de paciencia. E non é tan dramático. Xa non se decata moito e sempre foi un queixón». *«Lejos de la vista, lejos del corazón»*. *«Así de clarito y en puro castellano que te resulta más liso y llano»*. Si. Pero moito más frío tamén.

«Que vas ser de maior?» Preguntábanos cando aínda eramos nenos. Cantas fantasías! Pois xa chegamos. E agora todo é absolutamente diferente. E segue aí a pregunta: que vas ser «de máis maior»? E atópome con que xa non teño nin fantasías nin respostas. Falo por min. E falo para persoas novas. Falo para os lectores e para as súas proxeccións: persoais, familiares e das contornas vitais. Non me importa citar moitos libros ou facer unha charla erudita agora. Trátase dun artigo con pouco guión e si moita intención. Importa baixar á realidade de cadaquén e sermos eminentemente prácticos. Onde estou? Cal é a miña realidade e as miñas necesidades reais? Cal é e cal vai ser o meu futuro? Con que efectivos ou recursos conto? Económicos, persoais, familiares, de veciñanza, etc. Con que medios podó operar e como mellor empregalos, sen hipotecalos en mans de especuladores, bancos,

ou larpeiros? Ollo! cos caza fortunas de onde queira que procedan. Chegan pola porta con esas cousas da electrónica: todo vai xa por computadores. A min xa me pilla tarde. Que doadiño é que nos timen e enganen! De quen te podes fiar? Necesitaríamos un bo equipo de asesores honestos, desinteresados e accesibles. Con bos conselleiros, psicólogos, etc. Ulos eles? Cáritas. Xunta. Servizos Sociais, etc.? Recibimos nos medios acotío avisos da policía de termos coidado.

Cómpreme planear a tempo o meu futuro, mentres podoo ser independente e cando aínda non me corre présa. Mentalizármonos para unha moi outra vellez, de xeito ben distinto, con xestión ben diferente. No agardalo todo do Estado, do Concello ou da familia. Teño que tomar decisións moi serias e dar pasos concretos de preparación de onde quero ou podoo refuxiarme, acollerme. Pero a tempo. Dispor a tempo todo o que dependa de min. Cando, en que datas, pode ser o tempo propicio ou ideal, mantendo a independencia, para non ser carga para ninguén, con calidade de vida, con autonomía e liberdade de movementos, etc.? Como quero enfermar e morrer? Incineración ou enterramento? Funerais ou sinxelamente un recordo na misa parroquial do domingo coa comunidade cristiá sen máis? Galego ou castelán? Coa xente de sempre ou en privado: «na máis estrita intimidade familiar», (como lemos nas necrolóxicas). Así, coma de escapada, coma se a miña memoria fose unha vergoña familiar e comunitaria. Facer testamento mentres son quen de decidir. Pedir consello para saber que estou de verdade a actuar con prudencia, xustiza, fortaleza e temperanza? Dicía Baltasar Gracián: «Non agardes nunca a ser un sol que se pon. Despois do solpor pouco día queda. É unha máxima dos prudentes deixar as cousas antes de que elas te deixen a ti. Débense evitar os ocasos para non rebentar de desaires. Non agardes a que che volvan as costas. Hai que pór máis coidado nos finais. Poucas veces acompaña a sorte aos que están de saída»<sup>7</sup>. Mentres vivimos debemos estar presentes e activos na sociedade.

---

7 B. GRACIÁN; *El arte de la prudencia*, E. Temas de hoy, Madrid, 1998, números 110, 38, 59.

Esta sería a gran conquista: manter a persoa humana o máis tempo posible con capacidade de valerse e autodeterminarse nas actividades da vida diaria en todos os ámbitos da persoa sendo activo e protagonista en todas as presenza da esfera social nas que un se mova<sup>8</sup>. Ter a máxima autonomía posible o meirande tempo posible. Pero somos moi vulnerables e sábeo moi ben «toda a pillaría» que nos acosa.

## 2.- A vulnerabilidade e ancianidade na nosa Galicia

Un mínimo de datos estatísticos: Galicia é unha das comunidades autónomas máis avellentadas de España. En Galicia 122.000 persoas maiores de 65 anos viven soas ou con persoas de idade similar. O 23 % da poboación ten máis de 65 anos e estímase que alcanzará case o 30 % no ano 2029. En 2014 a esperanza de vida ao nacer era de 86,2 anos para as mulleres e de 79,8 anos para os homes. Hai un progresivo avellentamento e un aumento da esperanza de vida. O 50 % das defuncións corresponden a persoas de 85 e máis anos. A análise da distribución das defuncións en cada un dos sexos permite comprobar que nas mulleres as defuncións prodúcense a idades máis avanzadas ca no caso dos homes. A maior parte das defuncións danse en idades cada vez máis tardías; o 55,5 % dos homes que faleceron tiñan 80 e máis anos e no caso das mulleres a porcentaxe que pertencía a ese grupo de idade era do 77,3 %. O avellentamento foi «moi acusado en todo o territorio galego», pero sobresaie Ourense, con case un terzo da súa poboación por riba dos 65 anos. Agora, este «forte avellentamento actual», sumado á «marcha de parte dos efectivos novos dentro deste grupo cara á emigración», fan que se estea «reducindo a súa proporción de maneira acusada e que isto repercuta fundamentalmente no de persoas máis maiores»<sup>9</sup>.

8 En xeriatría e xerontoloxía social falan da «compresibilidade»: Unha vida sá o máis prolongada posíbel e logo un final curto porque o organismo xa está todo el gastado. Como teoría é bonita. Será posíbel?

9 ALBERTO QUIAN, «O mapa da hecatombe demográfica de Galicia: así avanzamos cara á desertización». <https://www.galiciainconfidencial.com>, 29-07-2019.

## 2.1. *Octoxenarios*

O incremento é máis notable a partir dos 85 anos. Na actualidade hai un total de 77.500 persoas que superan esa idade, un 30 por cento máis que hai oito anos. Chegar aos 100 anos xa non é unha excepción. Segundo as cifras facilitadas polo Instituto Galego de Estatística, extraídas do Instituto Nacional (INE), en 2006 vivían en Pontevedra 276 centenarios, na Coruña 254, en Ourense 144 y en Lugo 116. A suma dos 790 maiores de cen anos, é moi superior aos 214 contabilizados polo Instituto Galego de Estatística en 1996. O meirande incremento produciuse en Pontevedra –onde se multiplicou por cinco o número de centenarios–, seguido de Ourense con case catro veces máis maiores de cen anos. Estes datos concretos xa son de hai catro anos. Hoxe esas cifras son superiores.

A lonxevidade non é sinónimo de calidade de vida. Tampouco é garantía dun soporte sanitario e social adecuados. Dispersión xeográfica. Illamento. Predominio do rural. Hai un elevado número de persoas maiores con distintos graos de dependencia. Dúas frases antigas: «Non se trata de encher a vida de anos, senón de encher os anos de vida». «Unha nai é quen de criar once fillos. Once fillos non son quen de atender unha nai».

## 2.2. *Dependencia*

No ano 2017 o 4,5 % da poboación galega de 65 a 74 anos presentaba algún tipo de dependencia. A partir dos 75 xa era o 22,9 %. De 117.875 persoas con algún grao de dependencia case dous terzos (77.458) superaban os 75 anos, maioritariamente mulleres. O 42,5 % dos dependentes vive en municipios de menos de 10.000 habitantes e só o 24,5 % en municipios de máis de 50.000 habitantes. Confírmase así a dispersión, o illamento e o carácter rural das contornas de Galicia. Un número indeterminado de persoas maiores dependentes son atendidas polos seus achegados, en moitos casos de idade similar ou superior á súa. Este dato vai en aumento.



### 2.3. *Economía*

A redución de pensións contributivas. En 2016 a pensión media en ambos sexos foi de 1.009 euros en persoas de 65 a 74 anos, 813 euros en persoas de 75 a 84 anos, e 754 euros nas de 85 anos ou máis. A provincia de Ourense é a que presenta menores pensións, sendo as das mulleres inferiores ás dos homes. O aumento na idade vai acompañado da redución na pensión contributiva. Coa crise esas pensións pasaron a soste r familias enteiras. Os nosos vellos socializaron a súa precariedade e fixéronse solidarios. Moitos deles foron «rescatados» dos centros nos que foran «colocados» anteriormente. E logo o trato foi daquela maneira.

### 2.4. *A vulnerabilidade da persoa coidadora*

Aumenta cando no proceso de envellecer o ancián se fai dependente e xa precisa de coidados que lle proporcionen unha axuda que cubra as súas necesidades físicas, sociais e afectivas. Aparece esa figura imprescindible no contexto de vulnerabilidade da persoa anciá: o coidador ou a coidadora. Coidadores e coidadoras profesionais. Persoas que, nos seus postos de traballo, tanto no ámbito social como no sanitario, prestan coidados para os que están formadas.

Pero a figura do coidador informal é esencial. Alguén da contorna familiar da persoa anciá que a coida de maneira altruísta. Habitualmente é unha muller, preferentemente a filla ou a parella da persoa coidada. Ela asume en maior grao esta responsabilidade cunhas expectativas sociais, non escritas, de quen debe coidar.

### 2.5. *Os coidadores. Que lles pasa a eles?*

O 72,5 % dos coidadores viron reducidas as súas actividades de lecer ou relacións sociais. Un 55,8 % reduciu a súa vida familiar. Un 38,3 % diminuíu o seu traballo doméstico. Un 25,8 % reduciu ou deixou o seu traballo remunerado ou estudos. Gran parte dos coidadores de persoas con demencia sofren unha significativa sobrecarga física, psicolóxica e emocional, especialmente cando non encontran os apoios axeitados (familiares, económicos ou ins-

titucionais) para desenvolveren adecuadamente o labor de coidados nunhas condicións favorables que permitan coidar e coidarse.

Quen coida do coidador? Un vello de noventa anos coidando doutro de noventa e tres. Vellos extraviados que morren fóra da casa, perdidos nas contornas ao non saberen volver. Suicidios. Mortes por piedade ou compaixón ou por sobrecarga desequilibrante no coidador queimado. Realidade cotiá e moi habitual.

## *2.6. A síndrome de sobrecarga do coidador ou o coidador «queimado»*

É un estado de esgotamento emocional, estrés e cansazo no que os coidadores acusan falta de sono, de tempo para si mesmos, falta de liberdade, abandono de relacións sociais e descoido da propia familia nuclear, que provoca ademais conflitos con cónxuxes, fillos e outros familiares directos. Hai un estrés desbordante que leva ao *burnout* ou o síndrome do «queimado» que fai perder a cabeza e leva ao desespero e, daquela, á falta de control por incapacidade de respostas adecuadas sempre dolorosas. Por aí chégase ao maltrato e aos malos tratos. Incluso á morte por piedade ou compaixón na mesma familia. É fácil meter logo todo na violencia de xénero para escapar de responsabilidades políticas, sociais e mesmo familiares. E así facémolles un pésimo favor a ambas as dúas problemáticas, porque non son o mesmo. Pero, con ese diagnóstico doado, ficamos nós da parte de fóra, como espectadores, incluso «facemos xustiza» verbalizando publicamente condenas altisonantes diante das noticias da prensa e así non temos que irmos ás verdadeiras causas nas que todos estaríamos inmersos dalgún xeito. Cargamos todo nun chibo expiatorio. Individualizamos todo no malo malísimo que é o culpable e nós, políticos, sociedade, familia, etc., ficamos fóra sen responsabilidade. Sei do que falo, fun enfermeiro trinta anos nos medios populares. Os causantes non son só os «coidadores desapiadados». Pensemos, por ex., nas axudas sociais de extrema necesidade, solicitadas hai tres anos, cando se comunica a súa concesión dous anos despois de morreren os dous beneficiarios. Seguramente iso explica moitas perdas de xuízo e mesmo

de paciencia no caso de que non chegasen á desesperación. Pero iso soluciónámolo logo entre todos pechando «debidamente» un expediente e comentando o «desastroso abandono daquela familia ou persoa concreta». Consecuencias de tipo emocional e afectivo produto da impotencia diante do progreso dexenerativo da enfermidade do familiar, da imposibilidade de modificar os seus comportamentos disfuncionais, da sobrecarga de traballo, da sensación de illamento e abandono por parte da contorna familiar, do posible desentendemento dos outros familiares.

E aparece o sentimento de culpabilidade ao pensar que non se está cuidando á persoa como se debera e que non se están facendo ben as cousas. Isto faránllo ver como acusación os outros familiares que veñen de visita e sen botaren decotío unha man para axudar.

E os servizos sociais? E a veciñanza? Os vellos nas aldeas, sós, son obxectivo de especuladores e de atracos, ameazas, e mesmo de bandas organizadas. Tamén os dos andares ou pisos sen elevador, con outra soidade distinta, pero máis illados aínda. Hai un grande aumento de persoas necesitadas de cuidados pola súa contorna.

### 2.7. O avó «andoriña» ou «maleta»

Son coma os nenos de pais separados: Cada fin de semana ... «arranca pistón». «Papá, mamá, cando deixaremos de sermos nós uns monicreques sen sabermos quen move as nosas vidas?» Eses cambios continuos desestruturan ao máis equilibrado. Ningunha autonomía. Ningunha capacidade de opinión: «Se non estás a gusto, pilla a porta. Nós, abondo sacrificio estamos a facer». E tamén é verdade. O número de maiores de 65 anos que viven sós medrou un 16 % só en cinco anos, multiplicando risco de ficaren desamparados.

### 2.8. Asilos. Residencias

Cantos hai e onde están? Como están, como funcionan? Non todos son igual, por sorte. Pero cantos deles son uns aparcadoiros de vellos á espera do pasamento? Abusos. Horrores. Invisibilización. Persoal cuidador súper explotado, superado e extorsionado,

enfermo, con necesidade absoluta de traballar por cargas familiares e que responden desesperados á impotencia<sup>10</sup>.

Por que non hai inspeccións libres e independentes que miren e escoiten todas as condicións dos residentes, pero tamén as laborais, as técnicas, etc.? E as políticas especuladoras, quen as supervisa de verdade? Tamén as da Xunta de Galicia e as das Institucións públicas, privadas ou clandestinas? Só con estes datos xa se reflicte a transcendencia e a necesidade da análise da vulnerabilidade das persoas anciás e dos cuidadores<sup>11</sup>. E os pobres están invisibilizados, apartados, excluídos. Por nós tamén. Incluso cando nós mesmos somos vellos. Os vellos están na categoría dos pobres máis pobres. Analicemos, pois, isto polo miúdo e desde o ámbito que «nos» afecta. Desde a realidade concreta, partindo desde abaixo. Esa só nós a coñecemos. Se non a destapamos cada un, fica invisibilizada. Isto non se dá, dirán moitos. Pois abonda con lermos a nosa prensa diaria ou consultarmos ao Dr. Google con atención. Dá arrepío.

### 3.- Valoremos a realidade dos nosos anciáns desde os datos publicados nos xornais

#### 3.1. *Exclusión social*

Un proceso polo que certos individuos fican á marxe da sociedade e non poden participar plenamente nela, dada a súa condición de distintas pobreza: por falta de capacidades básicas ou

---

10 «Más de una treintena de auxiliares de enfermería del centro de mayores de Caranza demandan a la Xunta frenar déficit de empleados y deficiencias estructurales de instalaciones. Situación laboral: “Maltrato institucional” a residentes y trabajadores. Carencia de personal: hay días en los que tendría que haber doce personas en un turno de mañana, hay siete o seis. Deficiencias en edificio. Pasillos estrechos para sillas de ruedas, comedores sin espacio suficiente. Para actividades de terapia ocupacional, dos elevadores y un montacargas muy lentos. Siete plantas. Apenas tres minutos por persona para aseo matutino. Edad media del colectivo trabajadoras: supera 50 años». Neste rango de idade é cando están a soportar máis sobrecarga de traballo. Diversas patoloxías tanto físicas como psíquicas, estrés e sobrecarga. «No se presta a los mayores la asistencia que merecen. Culpan a: Dirección del centro, Jefatura de Coruña, Secretaría Xeral y Conselleira Política Social». Centro Mayores Caranza. Diario de Ferrol 17/08/19.

11 <https://www.sergas.es/.../2018-Etica-vulnerabilidade-e-ancianidade...>

non teren oportunidades de aprendizaxe como resultas da discriminación. Seres sen oportunidade de emprego nin de teren ingresos, nin accederen á formación e á educación necesaria para participaren en actividades e redes comunitarias. Persoas en situación de pobreza, de exclusión social, discapacitados e con exclusión residencial. Os sen fogar ou os das grandes bolsas de inmigrantes ou refuxiados. Desempregados ou en precariedade laboral. Víctimas de violencia. Fogares monoparentais con fillos, netos ou enfermos ao seu cargo. Persoas da terceira, cuarta idade, etc., en estado de soidade, enfermidade, con demencia, discapacitadas, abusadas, violentadas, maltratadas, etc. O concepto de risco de pobreza e/ou exclusión social aínda é máis amplo. Non só en termos monetarios (nivel de renda). Tamén é un concepto multidimensional. A enerxía está en todo o que consumimos e a súa carencia tamén define a pobreza. Falemos, por exemplo, dos efectos nas súas diversas formas: calefacción, auga quente, transporte, alimentación, etc.

### 3.2. *O mal trato e os malos tratos. Que está a pasar na Galicia?*

Galicia non é unha excepción e a cousa vén de vello. Entrar en calquera xornal e aparecen sobrados datos deste grande sufrimento<sup>12</sup>.

María Cedrón, grande coñecedora desta problemática, denuncia con frecuencia esta situación. Só unha breve escolma das súas achegas<sup>13</sup>.

12 Faro de Vigo. Miércoles, 6 de diciembre de 2017: «Solo entre enero y junio de 2017 se han contabilizado ya 150 casos, una media de 25 al mes, lo que sitúa a Galicia como la tercera comunidad con más víctimas, solo superada por Andalucía (577 casos) y la Comunidad Valenciana (380)». galicia@farodevigo.es

13 CEDRÓN M., *La soledad de los mayores los hace aún más débiles*. O maltrato faise invisible: a maioría dos que o sofren calan por temor a quedaren desamparados, polo estado de dependencia ou non recoñeceren o que lles está a pasar. Sendo moi habitual o problema, as denuncias por presuntos malos tratos ás persoas maiores son escasas (Teléfono Social da Consellería de Política Social). Así o recoñecen colectivos: Asociación Gaela de Axuda e Protección a Persoas en Desamparo ou o Colexio de Graduados Sociais.

Traballadores Sociais de Galicia, forenses do IMELGA (Instituto de Medicina Legal de Galicia), médicos de atención primaria e a propia Xunta».

- Os nosos maiores están moi desprotexidos. Son os grandes esquecidos da nosa sociedade.
- A isto engádeselle, nunha mesturanza coa vulnerabilidade, as persoas que sofren algún tipo de dependencia e que moitos maiores prefiren calar por temor a non saberen onde poden ir parar no caso de denunciaren ou só por queixárense
- Hai casos velados de abuso que nin a propia persoa maior recoñece. Detectamos dous tipos, maioritariamente. 1.º.- O financeiro, cando se fai un uso non autorizado das propiedades ou recursos económicos. 2.º.- Abandono, negligencia ou deixado nos coidados. E cando non se lles procuran os afectos que merecen.

María Cedrón tamén recolle testemuños dun forense, da traballadora social Ana Vilar e de Alejandra González, presidenta-fundadora da Asociación Gaela, que coinciden ao explicaren que:

- O forense do Imelga de Ourense, Julio Jiménez, destaca que «moitas vítimas de malos tratos están incapacitadas para contalo porque non o recordan ou están impedidas».
- A traballadora social Ana Vilar constata pola súa experiencia laboral que hai «moito maltrato económico. E tamén por omisión: cando os maiores pasan moito tempo inmovilizados, durmindo todo o día ou se fai un abuso farmacolóxico». Hai moita xente cun deterioro cognitivo leve que quere vivir onde viviu toda a vida.
- Nas áreas rurais a xente maior «sofre un gran illamento e ten dificultades para acceder aos servizos». Pero é certo que nas aldeas e pobos pequenos contan coa proximidade dunha rede social non tan habitual nas contornas urbanitas.
- Todos sabemos que os asaltos aos vellos e ás súas casas son cada día máis frecuentes. Xa nin son noticia. Non causan novidade nin alarma. Medran os enganos e ameazas na propia porta ou polo teléfono con timos, estafas ou extorsións polo da luz, auga, gas, vendas fraudulentas, etc. «Somos tan débiles e con tantos medos que calquera nos engaiola».

## Máis datos de Institucións de solvencia

- Os casos de abuso económico, psicolóxico e farmacolóxico aumentan (Teléfono Social).
- Unha de cada dez persoas maiores sufriu malos tratos no último mes, segundo datos da Organización Mundial da Saúde (OMS) (16.06.2018).
- Un de cada seis maiores podería ser vítima de malos tratos en Galicia (COPG) e destaca que este maltrato «non sempre é evidente»<sup>14</sup> (10.05.2019).
- Aspectos xurídico-penais dos malos tratos a persoas maiores. Casos prácticos. *A policía está sendo formada especificamente. A soidade no medio rural da Galicia. Os servizos sociais diante do maltrato ás persoas maiores. Abordaxe integral*<sup>15</sup>.

## 4.- Agora vén o noso traballo persoal

Desde Gaela chaman á colaboración cidadá para descubriremos casos deste tipo e podermos darlles algún tipo de solución. É a urxencia de cooperación e asociación para podermos dar cobertura entre todos ao meirande número de casos. Non hai dúbida do fundamental da colaboración de toda a sociedade para pórle coto ao problema do avellentamento da poboación en Galicia<sup>16</sup>. Á luz de todo isto e do moito máis que hai na realidade publicada e da invisibilizada tanto nas institucións como nas familias e na comunidade fagamos unha valoración de proximidade desde o que coñecemos: familia, parroquias, concello, bisbarra, provincia, etc. Que situacións concretas de inseguridade, maltrato e malos tratos coñezo e coñeces? Estudalas ben e pólas en coñecemento dos veci-

14 Sociedade Galega de Xerontoloxía e Xeriatría. <https://sgxx.org/wp-content/uploads/2017/12/Isabel.pdf>

15 Orden del DOG n.º 141 de 2012/7/24 - Xunta de Galicia - Sociedade Galega de Xerontoloxía e Xeriatría. <https://sgxx.org/wp-content/uploads/2017/12/Isabel.pdf>  
[https://www.xunta.gal/dog/Publicados/2012/.../AnuncioCA05-160712-0005\\_es.html](https://www.xunta.gal/dog/Publicados/2012/.../AnuncioCA05-160712-0005_es.html)

16 <https://www.lavozdeg Galicia.es/.../galicia/...maltrato.../00031554500616239674223>.  
<https://www.lavozdeg Galicia.es/.../galicia/...anciano...maltrato.../000315545012788626...>

ños, da parroquia, do concello, da bisbarra, da Xunta da Galicia, da prensa, da xudicatura, se for do caso, etc. Crear grupos de estudo e propostas de solución.

Se queremos ter datos actualizados entrar en Google e seleccionar entradas co epígrafe: Malos tratos a anciáns, Maltrato, Malos tratos, Abusos, Abandono, Extravíos.

#### 4.1. *Perdas. Desaparicións. Morte por compaixón e esgotamento*

Problemas principais de explotación laboral e extorsión dos coidades por parte das Institucións, etc. Falta de axuda das institucións. Promesas incumpridas. Sociedade evasiva. Familiares desbordados ou que se desentenden. O avó «andoriña» ou «maleta», cada semana ou mes cambiando de casa, etc.

Claro que tamén hai iniciativas positivas persoais, veciñais, comunitarias. Só faltaba! *Xantar na casa. Experiencia dos Ancares*. Coñecer o que se está facendo. Cooperativas de axuda e apoio, etc. Ver estas dúas publicacións<sup>17</sup>. Pero os malos tratos seguen na realidade.

#### 4.2. *A soidade*

O Dr. Dosil:

Hai que diferenciar entre aqueles maiores que viven sós «por elección» (e que poden falecer por un problema repentino de saúde, como un infarto ou un ictus), e aqueles que conviven coa soidade non elixida. Temémoslle á soidade. O número de persoas maiores de 65 anos que viven soas en Galicia non deixou de crecer nos últimos anos: de 110.800 no ano 2013 pasou a 128.800 no ano 2018 (un 16,2 % máis). Un síntoma máis do envellecemento da

---

17 CONSELLARÍA DE TRABALLO E BENESTAR. *Orde do 13 de xullo de 2012 pola que se aproba a Guía de actuación coordinada contra o maltrato de persoas maiores ou adultas con discapacidade e se aproba a súa utilización no ámbito da Comunidade Autónoma de Galicia*, DOG 24 xullo 2012. SPORA SINERGIES. *Manual para el abordaje de los malos tratos a las personas mayores: diseño, actuación y evaluación*. Interesante publicación PDF: [www.spora.ws/wp-content/uploads/2017/09/2017\\_ESP\\_ManualAbordatge.pdf](http://www.spora.ws/wp-content/uploads/2017/09/2017_ESP_ManualAbordatge.pdf)



poboación e un «problema público moi preocupante», segundo os expertos, pois a soidade é un dos principais factores de risco de morte prematura neste sector da poboación.

O doutor Carlos Dosil, da Sociedade Galega de Xerontoloxía e Xeriatria, a Europa Press:

«Galicia, ano 2018, 278.600 persoas vivían soas (das que 128.800 eran maiores de 65 anos). Previsións para 2031: 330.000 fogares serán unipersoais. Cada vez máis persoas maiores viven soas. Principalmente mulleres: o 67 % dos maiores de 65 anos»<sup>18</sup>. Os servizos de atención e seguimento non medran a ese ritmo e non chegan a todos.

#### 4.3. As mortes «*en diferido*»

No verán aumenta a ausencia e a dispersión da xente dos lugares da vivenda habitual. Os numerosos casos de anciáns que falecen sós nas súas casas, situacións cada vez máis frecuentes e cuxas mortes non se coñecen ata días, semanas ou mesmo meses despois, confirman as estatísticas: moitos anciáns aparecen mortos pasados moitos días sen saberse deles. Talvez xa estaban nesa situación pero invisibilizados. «Dedución: se non se toman medidas, o número de casos de anciáns que morran sós nos seus domicilios aumentará».

Un feito vale máis ca mil palabras. Relato dun caso real e actual<sup>19</sup>:

«O cadáver dun octoxenario en estado de descomposición foi atopado pasado o mediodía deste sábado na súa casa de Ferrol. Foron os veciños quen, asustados polo forte cheiro que procedía da vivenda, alertaron á Policía Local de que había días que non vían a este home. Tras inspeccionar as dependencias do piso, nunha das habitacións atopouse o cadáver de J.C.A. tirado no

18 [https://www.galiciaconfidencial.com/EuropaPress/Redacción/VIGO/10/08/2019/Actualizada\\_ás\\_12:53](https://www.galiciaconfidencial.com/EuropaPress/Redacción/VIGO/10/08/2019/Actualizada_ás_12:53).

19 <http://www.galiciaconfidencial.com/noticia/100938-achan-corpo-dun-octoxenario-levaba-dias-morto-casa-ferrol.-Ferrol,03/08/2019>.

chan. Segundo as fontes consultadas, o home levaba morto «unha boa tempada, probablemente xa pasaría dos 10 días», dado que o corpo presentaba «efectos da descomposición e estaba bastante mal». O corpo foi conducido ao Hospital Xeral para ser sometido a unha autopsia. O home, que naceu no 1933, vivía só na rúa San Salvador de Ferrol».

Fagamos unha análise detallada do texto. Vaíamos á raíz do asunto:

- A realidade deste home?: «Naceu no 1933»: 86 anos. Era xa moi vello.
- Vivía só. «Nunha das habitacións atopouse o cadáver de J.C.A. tirado no chan».
- Cal é a importancia desa persoa para o grupo da contorna social? «O home levaba morto unha boa tempada, probablemente xa pasaría dos 10 días».
- O esencial da noticia: «os veciños, asustados polo forte cheiro, que procedía da vivenda».
- O grupo non interveu directamente: Só «deron a alerta».
- Transcendencia do caso? Ningunha: «Avisados os bombeiros o corpo foi conducido ao hospital xeral para ser sometido a unha autopsia».

Conclusións: Este home non lle morreu a ninguén. O caso xa está pechado e todo o proceder fíxose legalmente. Non aparece ningún grupo de pertenza nin membresía. Nin hai nome. Só iniciais, por aquilo da protección de datos.

Paradoxo: Protexemos os datos. Pero non somos quen de protexer á persoa. Isto cada vez sucede máis a miúdo: «A morte silenciosa e indiferente dos maiores que viven sós: Nove mortes en quince días»<sup>20</sup>.

---

20 «A morte silenciosa e indiferente dos maiores que viven sós: Nove mortes en quince días». O último foi un home de 79 anos que apareceu morto na súa casa de Verín este sábado. En varios casos, os maiores levaban meses falecidos e foron descubertos polo cheiro dos seus corpos en descomposición. <https://www.galiciaconfidencial.com/Verin/12/08/2019>.

#### 4.4. *Que podemos aprender da pirámide de Maslow?*

Non é hoxe ningún signo de especial erudición citar a Abraham Maslow, o eminente psicólogo, un dos fundadores da psicoloxía humanista que estuda os procesos e as necesidades na procura da autorrealización da persoa para alcanzar a maior plenitude posible como humanos, homes e mulleres<sup>21</sup>. É un bo modelo para pulsar o estado da nosa vellez nas nosas casas, parroquias, concellos, provincias ou na Autonomía e no Estado e facer un percorrido sinxelo, a modo de exame persoal, comunitario, social e institucional de como están a ser tratados os anciáns e as anciás na nosa Galicia e en España. Unha análise polifacética da realidade na que estamos, na que nos movemos e sufrimos decotío persoal e comunitariamente. Para comprendermos mellor todo isto acheguémonos ao que nos di Maslow desa Xerarquía de necesidades e da importancia de darlles solución.

O home e a muller teñen unha serie de necesidades básicas e tamén unhas metanecesidades que motivan comportamentos. Segundo os que prevalezan, así será a conduta, os valores e a realización da persoa. Na ancianidade estas sensibilidades modifícanse e agudízanse. Este modelo teórico é un bo fío condutor para esta análise. A toda necesidade debe corresponder unha resposta adecuada e ben estudada por nós mesmos. Estas necesidades van nunha gradación ascendente coma nunha pirámide. Desde o alimento, a seguridade, a pertenza, o afecto, o respecto e autoestima. No cumio a meirande: autorrealización.

Está acreditado que a felicidade e a plenitude persoal teñen moito que ver coa xestión adecuada desas necesidades e que é fundamental a autorrealización. Iso daranos os índices de felicidade. Moitas persoas, ao cubriren só as necesidades inferiores, de supervivencia e afecto, non se realizan plenamente. Neste proceso vai haber circunstancias difíciles, frustracións, privacións, dor, que farán aflorar forzas durmidas mesmo seguridade e forza interior

---

21 MASLOW A., *Una teoría sobre la motivación humana*. 1943. Describe a famosa Pirámide de Maslow ou Xerarquía das Necesidades Humanas.

se as resolvemos axeitadamente e as afrontamos con valor, etc. Se nos vemos impulsados primordialmente polas metanecesidades ou valores supremos, tamén nos veremos estimulados a superarnos, a crecer, a resistir a adversidade, a loitar por causas elevadas e xustas, na defensa da bondade, da verdade, da beleza. As persoas autorrealizadas vense motivadas e atraídas polos valores supremos ou metanecesidades<sup>22</sup>.

É o momento privilexiado da vida para facermos a gran síntese da propia existencia e dar cumprida plenitude ao gran proxecto final. E, coma un legado sagrado, facer entrega con honra á familia e tamén á historia. É o momento de recoñecer e corrixir os grandes erros e reconciliarse con todos e con un mesmo. É a grande etapa da paz e de converterse ao Espírito. É a etapa dos froitos, a máis rica, para deixar todo concluído e preparar con auténtica esperanza a gran viaxe. No caso de sermos crentes, deixarse plenamente nas mans e no corazón bondadoso de Deus guiados polo Bo Pastor e escoitar: Ven, bendito do meu Pai, porque fuches fiel no pouco, entra no gozo do teu Señor.

## 5.- Coda final

Si. Certamente hai outra ancianidade, moito máis bonita, chea de vida e incluso moi bucólica. Que sorte! Esa está moi estudada e hai moitísima bibliografía e mesmo filmografía deliciosa.

Pero esta, na que hoxe apousamos, anda máis polas hemerotecas e é flor dun día. Ao día seguinte pasa ao silencio, invisibilízase. Xa non interesa. Por iso eu a quixen traer á luz de Encrucillada (unha revista galega de pensamento cristián). Porque é unha pobreza invisibilizada. Temos a tentación de ocultar a cruz actual de Cristo nos outros crucificados nos *Vía Crucis hodiernos*. A gran pregunta: haberá Cireneos, Verónicas, Fillas nas Xerusaléns galaicas? Quen segue decotío aos fillos nas caídas, ao pé da cruz e na recollida

---

22 DOLORES VILLEGAS, *La pirámide de Maslow - Filosofía para la vida.*- <https://filosofia.nueva-acropolis.es/2013/la-piramide-de-maslow/> 4 mar. 2013.

final dos fillos mortos é María. As «Piedades» dos nosos cruceiros galegos dinnos que si. Por iso, «non nos afliximos coma os que non teñen esperanza» (1Tes 4, 12).

No anoitecer daquel día, o primeiro da semana, estaban os discípulos nunha casa, coas portas pechadas por medo aos xudeus (a escena non pode ser máis tétrica e desesperanzada). E nisto entrou Xesús. Púxose no medio. Mostroulles as mans e o costado. «A paz convosco». E alentou sobre eles. Enchéronse de alegría ao veren ao Señor. Alentou sobre eles. Recibide o Espírito Santo. E agora ide perdoar os pecados (Xn 20, 19-23)

Que quer dicir perdoar os pecados? Facemos distinta esta realidade. E depende de nós.

«O anxo díxolles ás tres mulleres: Non vos asustedes. Buscades a Xesús Nazareno, o Crucificado? Resucitou. Non está aquí. Mirade o lugar onde o puxeron. Dícidelle a Pedro e aos discípulos que El irá diante deles a Galilea» (Mc 16, 6-7).

Volvamos pois a esta Galilea galega da vellez e percorramos nós o camiño tras do Mestre. «Que facedes aí plantados mirando ao ceo? Ese Xesús volverá (Feit 1, 11).

Outros artigos doutros autores, nesta mesma publicación, concretarán as vías de solución, públicas e privadas, e a importancia de crear redes sociais de solidariedade<sup>23</sup>.

**Xaquín Campo Freire**

San Xaquín e Santa Ana. Día das avoas e avós

---

23 *Las redes sociales*, 12/08/19, [www.diariodeferrrol.com](http://www.diariodeferrrol.com).