



Daniel Saloto retomó la salida con amigos

El renacer de los +60: por qué pasaron de ser el “grupo de riesgo” a los fortalecidos de la pandemia

Fueron los que peor llevaron el 2020, pero este año volvieron a retomar actividades, salidas y proyectos impulsados por la vacunación y sus ganas de vivir lo que el Covid les impidió

3 de julio de 2021

Laura Reina

LA NACION

Lidia Bragazzi y su marido Martín, ambos de 67 años. Después de un 2020 que los obligó a recluirse y cortar de lleno su intensa vida social, al fin retomaron la costumbre de salir a comer y a caminar, y hasta fantasean con la posibilidad de viajar, porque en agosto tienen planeado moverse cerca para visitar familiares. Además, admiten, ya sueñan con irse más lejos, a Milán, donde vive la ahijada de Lidia, y de paso, recorrer Italia. Están a la expectativa de que la Sputnik V, la vacuna que recibieron, sea finalmente aceptada en Europa para poder ingresar allí.



Lidia Bragazzi y su marido Martín, retomaron sus caminatas de 8km para mantenerse activos
Patricio Pidal / AFV

De grupo de riesgo, a grupo de resiliencia. A pesar de las dificultades o precisamente por haberlas sorteado, los mayores de 60 (que representan el 15% de la población argentina) se muestran fortalecidos frente a la pandemia. No solo porque fueron los primeros en obtener la vacuna (el 90% de ese grupo recibió al menos una dosis, según datos oficiales corroborados por Chequeado), sino también porque son los que sintieron más cerca el riesgo, y eso los hizo valorar aún más la vida, los afectos y los proyectos personales y familiares.

El riesgo de caer en el edadismo

Sin dudas, la etiqueta de “grupo de riesgo” fue, para muchos adultos de más de 60 años, una mochila difícil de llevar. Y es lo que motivó a Vânia de la Fuente, directora del área de envejecimiento de la Organización Mundial de la Salud (OMS) a poner sobre la mesa el concepto de “edadismo” asociado a la pandemia, al afirmar que el Covid-19 “ha sido como una lupa que ha dado una mayor visibilidad a cómo las sociedades discriminan a los ciudadanos por cuestiones de edad”.

Para la psicóloga Beatriz Goldberg, autora de *Cómo emprender en cualquier etapa de la vida*, la etiqueta “grupo de riesgo” fue muy fuerte y todavía muchos no se la pueden quitar. Pero también observa que hay otros que viven una especie de “tercera adolescencia”. “En principio, noto dos grandes grupos: los que se quedaron enganchados con el ‘grupo de riesgo’ que fue una especie de sentencia de muerte, y siguen teniendo miedo y les cuesta retomar programas, y los que tomaron esta crisis como una oportunidad y están dispuestos a vivir con todo –plantea–. Después de lo que pasaron, dijeron ‘esta es la mía’ y empezaron a encontrar hobbies que antes no tenían, a reactivarse y a reinventarse. Son los que sintieron que las balas pasaron cerca y quieren aprovechar a hacer de todo. Yo lo llamo una nueva adolescencia, una tercera, porque la segunda les pasó a los 40. Es un grupo que se fortaleció. Sin dudas, este es un momento bisagra para muchos de ellos”, asegura.

Daniel Saloto es chef y cuenta que su caso es ‘atípico’. Con 66 años, siguió trabajando en una administración familiar y cocinando para amigos y conocidos (su especialidad es el sushi). Su agenda está cargada de actividades que de a poco está retomando: toma clases de clown y yoga y está por entrar a una escuela de cocina para seguir perfeccionándose. “Además, con mucho cuidado, retomé un proyecto gastronómico que había quedado stand by. Pero yo no siento que estoy arrancando otra vez porque en realidad nunca frené. Sí a diferencia del año pasado me junto con amigos a tomar algo, nos encanta venir al Club de la Birra, por ejemplo, y eso antes no lo hacía, pero siempre estuve activo. De hecho en pandemia hice muchas cosas por Instagram, como me gusta actuar me armé una historia por ahí para entretener y entretenerme”, asegura Daniel, que lo único que no tiene planeado a corto o mediano plazo son viajes porque acá tiene “muchas cosas por hacer”.

En cambio, ni bien se vacunaron, Lidia y su marido empezaron a imaginar una escapada fuera de la ciudad. “Tenemos familia en el interior cerca de Mar del Plata y mínimo tres veces al año los visitábamos; recién pudimos ir a fin de año, pero ahora, en agosto, vamos a volver. También teníamos programado un viaje a Europa que vamos a hacerlo seguro”, cuenta Lidia, que retomó sus clases de joyería, aunque no las de gimnasia. “Todos los días de mi vida iba al gimnasio. Pero con Martín empezamos a salir a caminar 8 km como para no estar quietos y se nos hizo una linda rutina que pensamos mantener. Cada uno se movía por su lado, y ahora lo hacemos juntos, eso es algo lindo que nos dejó la pandemia”, plantea, y también destaca como positivo el hecho de haber vuelto a cocinar: “Antes salíamos tres veces por semana a comer afuera. Pero ahora, si bien lo retomamos para vernos con algunos amigos o familiares, también tenemos la costumbre de preparar una buena cena, fuera de lo que comemos todos los días, y abrir un rico vino, y lo disfrutamos mucho”.

Como si se tratase de una “segunda oportunidad” los mayores de 60 están de vuelta. “Muchos sintieron este año como una revancha y buscan vivir todo lo que el 2020 les robó. Ya no se sienten grupo de riesgo porque este año demostró que todos somos vulnerables frente al virus”, sostiene Goldberg. Y Marcela cierra: “La pandemia nos exige la mayor plasticidad posible. Quedarse en un lugar de espera, paraliza. Siempre la vida está delante y uno tiene que tener la valentía de tomarla. Los discursos de miedo generan aislamiento y depresión. En cambio, los proyectos nos movilizan, nos definen. Mientras tengas objetivos y busques realizarlos, no importa qué edad tengas”.

Producción: Andrea Calvo

Por **Laura Reina**