

12

## **ENFRENTANDO EL ENVEJECIMIENTO: UN MODELO A SEGUIR**

(Aging Away from Family: A Testimony and Model to follow)

Gladys García Delgado<sup>13</sup>

---

<sup>12</sup> El Majestuoso Salto Ángel. Nota: Adaptado de  
<https://www.istockphoto.com/es/search/2/image?phrase=salto+angel>

[cohorte2006@gmail.com](mailto:cohorte2006@gmail.com)

## RESUMEN

Las estimaciones del número de habitantes en Venezuela para 2020 realizadas por el Instituto Nacional de Estadísticas (INE) tomando en cuenta el censo de 2011 fueron de unos 33 millones de habitantes. En contraste, en los datos actuales del Banco Mundial se aprecia que lejos de aumentar, se ha producido una caída en el número de pobladores. Así, para 2021 se estimaba una población de 28.704.947. El éxodo masivo de los venezolanos más jóvenes hacia otros países es el motivo principal del descenso y también ha sucedido que los adultos mayores están siendo *dejados atrás*. Cambios en lo comunitario, en el ambiente urbano y lo personal son necesarios para enfrentar la situación. El testimonio de un adulto mayor de 90 años que se mantiene desarrollando su actividad profesional y conservando sus redes de relacionados sugiere la conducta apropiada para vivir siempre lo mejor posible.

**Palabras clave:** dejados atrás - adultos mayores - éxodo masivo.

## ABSTRACT

Taking into account Census 2011, the Venezuelan National Institute of Statistics (INE) estimated in 33 millions the number of inhabitants for 2020. Figures given by World Bank recently expose that a fall in the numbers of inhabitants has been produced. For 2021 the population is estimated in 28.704.947. Young people's massive exodus to other countries is the main reason for this drop while as a consequence; senior citizens are being *left behind*. Changes in communities, urban environment and in individuals themselves are suggested to face this situation. Through the testimony of a senior citizen older than 90 years who maintains himself developing his professional activity and keeping his relationship webs, an appropriate conduct is suggested to live always the best that is possible.

**Keywords:** left behind – senior citizens – massive exodus

---

<sup>13</sup> Doctora en Ciencias Sociales (UCV). Master of Philosophy. Universidad de Londres. Docente jubilada del Núcleo de Educación Avanzada Caracas. UNESR. Investigadora Emérita Publicación de libros y artículos en revistas arbitradas nacionales e internacionales.

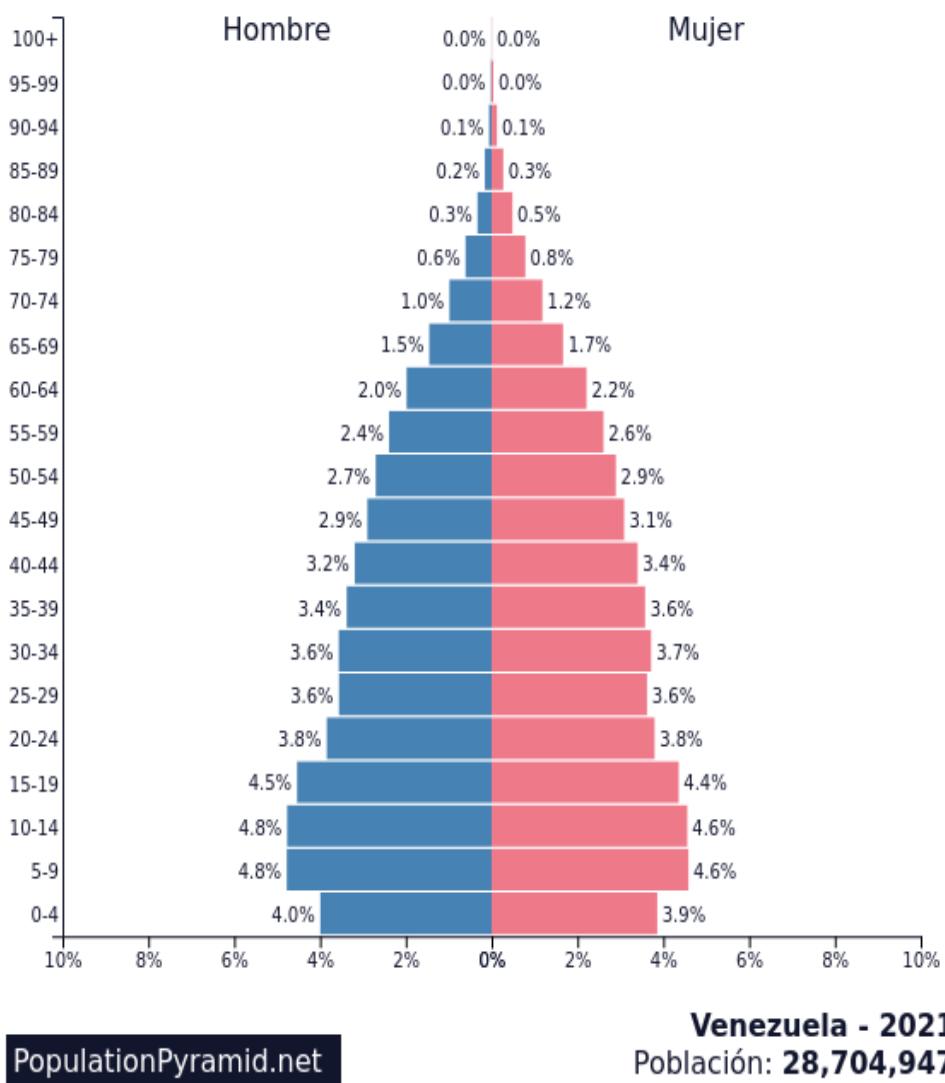
## ENFRENTANDO EL ENVEJECIMIENTO

El Instituto Nacional de Estadísticas (INE) estimaba en más de 30 millones la población de Venezuela para 2020; por el contrario, según cifras del Banco Mundial para 2021 fue de 28.704.947 personas.

**Cuadro 1. Población Estimada por INE para 2020**

EDADES	AMBOS SEXOS	VARONES	MUJERES
0 - 4	2.736.446	1.409.284	1.327.162
5 a 9	2.784.674	1.432.711	1.351.963
10 a 14	2.788.676	1.434.198	1.354.478
<b>TOTAL 0-14</b>	<b>8.309.796</b>	<b>4.276.193</b>	<b>4.033.603</b>
15 - 19	2.722.694	1.397.705	1.324.989
20 - 24	2.645.112	1.349.072	1.296.040
25 - 29	2.610.871	1.319.472	1.291.399
30 - 34	2.434.990	1.221.222	1.213.768
35 - 39	2.164.315	1.079.530	1.084.785
40 - 44	1.965.625	976.470	989.155
45 - 49	1.844.227	913.553	930.674
50 - 54	1.634.040	805.774	828.266
55 - 59	1.312.655	642.492	670.163
60 - 64	984.341	477.157	507.184
65 - 69	727.682	345.417	382.265
70 - 74	516.057	240.102	275.955
75 - 79	343.502	154.834	188.668
80 - 84	208.448	88.114	120.334
85 - 89	114.673	42.302	72.371
90 - 94	54.793	16.170	38.623
95 - 99	21.518	4.722	16.796
100 y Más	5.065	1.014	4.051
<b>TOTAL 15-+DE</b>	<b>22.310.608</b>	<b>11.075.122</b>	<b>11.235.486</b>
<b>TOTAL</b>	<b>30.620.404</b>	<b>15.351.315</b>	<b>15.269.089</b>

El descenso de la población estimada a 28 millones 700 mil ha sido consecuencia directa de la migración que ha tenido lugar durante los últimos años. Al observar las cifras se comprueba en el gráfico que para 2021 si bien el número de habitantes en general ha decrecido, la mayoría de quienes han pasado los 60 años no han emigrado. Los adultos mayores generalmente se han quedado en Venezuela y se estima que su número llega a un 7% de la población.



Fuente: Gráfico copiado de Population Pyramid. Venezuela 20121.

Generalmente estos mayores están viviendo a diario situaciones de muy pocas esperanzas y sus problemas y tribulaciones no los pueden compartir

con familiares por no tenerlos cerca. Es decir, las personas mayores no sólo se están **quedando atrás**, sino que en su mayoría no cuentan con instrumentos intelectuales, sociales y emocionales para continuar con sus vidas en un proceso de envejecimiento activo.

¿Cómo tendría que enfrentarse la situación planteada para que el adulto mayor tenga el apoyo necesario y pueda seguir su proceso vital? No sólo es cuestión de la legislación. En Venezuela se han sancionado leyes que protegen a mayores y ancianos<sup>14</sup> aunque se cumplen muy débilmente. Además, hay algo que ninguna ley puede cubrir: el calor humano. Contar con ayuda cotidiana especialmente en momentos de dificultad se ha convertido en un problema serio para una persona mayor que se encuentra sola. Así, en lo cotidiano, cada día surgen para estas personas situaciones delicadas que quedan sin solución.

Cuando se habla del deterioro del país, lo que se destaca son los grandes problemas: alimentación, salud, falta de servicios básicos, limitaciones a la libertad de expresión, violencia, ausencia de seguridad, etc. Poco se dice que como consecuencia de la migración de niños y jóvenes que ha estado ocurriendo desde hace algunos años y que no siempre incluye a los adultos mayores, generalmente estos son *dejados atrás* por sus familiares migrantes.

Consideremos algunas de las consecuencias de la migración masiva de jóvenes y adultos para las personas mayores. Aunque los casos se multiplican infinitamente si se toma en cuenta las estimaciones del INE de la población venezolana mayor de 60 años y el número creciente de ancianos cuyos familiares no están en el país estos son dos ejemplos vividos:

- Un señor de 84 años, con toda su familia en el exterior y que vive solo, se cayó y quedó imposibilitado de poder levantarse, permaneció en el suelo hasta que llegó un miembro de la familia que le lleva alimento diariamente y logró darle auxilio. Esa caída pudo tener muy malas consecuencias, si se toma en cuenta que las caídas en mayores suelen ser causa de roturas o dislocaciones de huesos, generalmente, frágiles. Se considera que las comunidades debieran saber qué personas solas viven solas, especialmente si son mayores para estar pendientes de ellas.
- Una señora de 82 años viviendo sola debe someterse de urgencia a una operación y no cuenta con personas que puedan hacerse cargo de ella. Es decir, carece de atención pre y post operatoria. En consecuencia, ha pospuesto la operación con grave riesgo para su salud.

---

<sup>14</sup> En la Constitución de la República Bolivariana de Venezuela – Artículo 80. Ley Orgánica de Sistemas de Seguridad Social y otras

No todo es preocupante. Hay personas mayores que cada día intentan mantenerse vitales y vivir en armonía. Uno de esos casos se presenta a continuación, es el testimonio de cómo se puede llegar a la ancianidad manteniendo interés por la vida y ocupándose de desarrollar las actividades profesionales que se han venido realizando. Se trata de un investigador social con más de noventa años que narra su cotidianidad y al hacerlo despliega un sinnúmero de ejemplos de cómo actuar siendo mayor. Destacaremos sólo algunos de ellos.

*Yo diría que con mi edad me he venido mentalizando. Estoy mentalizado para tener diez, quince años menos. Pero vas tomando conciencia de que no puedes tener quince ni diez años menos y ya empiezo a perder energía. Cuando siento que tengo energía, me pongo a trabajar, camino, hago algún tipo de trabajo en la casa. Fundamentalmente estoy cuidando la mente para ver si puedo terminar un proyecto en el cual tengo ya dos años trabajando. Soy relativamente optimista y cuando uno ve personas como a Cruz Diez<sup>15</sup> que con 94 años estuvo trabajando en dos talleres de pintura y actuando políticamente... vuelve la actitud optimista, positiva. Hay personas como Rivas Casado que tiene también 94 años como Cruz Diez se mantiene semi activo, caminando todavía.*

Desde el comienzo de la entrevista aparece la conciencia de estar envejeciendo y la necesidad de contrarrestar las limitaciones que la edad impone a los seres humanos. Para ello no sólo apela a su optimismo, también da ejemplos mencionando la actitud asumida por el artista plástico Cruz Diez y de un colega. Observa que caminar es un signo de importante de un comportamiento activo.

*Tengo mi grupo etario, gente jubilada, gente que estudió conmigo en la Normal, incluso, sobrevivientes de la Normal (cerrada en 1969), gente que estudió conmigo en el Pedagógico, en la Central, entonces, con esa gente vamos desarrollando el síndrome de sobreviviente. Muchos han fallecido ya, pero los que están viviendo veo que tienen menos fuerza, menos energía para trabajar, y la mayoría de ellos están como más entregados. Hay excepciones con los cuales me comunico por teléfono e incluso hay una colega que me dice: ¿qué será lo que tenemos nosotros? ni hemos perdido la mente ni nos hemos ido y estamos ahí todavía dándole y dándole. Algunos de ellos están ya en centros de reclusión... como se llama... en ancianatos, ya recluidos ahí. Antes*

---

<sup>15</sup> Carlos Cruz Diez (1923-2019). artista cinético, pensador del color y del movimiento. Siempre se mantuvo activo

*uno era invitado a bautizos y a matrimonios y ahora las invitaciones son para funerales, eso es lo que predomina.*

Un recurso importante de este profesor es contar con grupos de amigos, especialmente de aquellos que lo han acompañado durante toda la vida o gran parte de ella. El entrevistado utiliza sus relaciones con otros. Diferencia entre aquellos que se encuentran lúcidos y los que van perdiendo la energía vital. Se anima calificar su condición vital y la de otros colegas como *síndrome de sobreviviente* y así asoma el tema de la muerte como la posibilidad cierta de todo ser humano a la que se enfrenta con tranquilidad. Los mayores no solamente tienen que despedirse de quienes están emigrando, también se enfrentan con mayor frecuencia a la muerte de amigos, compañeros de trabajo, conocidos y familiares. Menciona a los ancianatos que califica como lugares de reclusión.

*Lo otro es la atención médica, digamos, la cantidad de medicamentos que uno toma, parece una cosa cultural, una desviación porque debiera ser menos, debiera ser más natural, más a base de alimentación seleccionada. Entonces, viviendo la crisis que vivimos en Venezuela, donde de pronto no siempre encuentras el medicamento, o ciertos alimentos, y eso representa un hándicap para la sobrevivencia. Ahorita estoy tomando tres medicamentos menos. Uno es para la circulación periférica, no lo encuentro y el que es para la tiroides, tampoco lo encuentro. Y para mi esposa que toma un anticoagulante, de pronto no se encontraba. Entonces le pedí a mis hijas que me lo compraran y una de ellas encontró y me compró anticoagulante para seis meses, que es una suma de dinero muy fuerte y seguramente el seguro no lo va a reconocer, pero me da una tranquilidad porque se gasta mucho tiempo y mucha energía en procurarse los alimentos y los medicamentos y en ir al médico. Hacerse los exámenes de sangre... eso consume mucho tiempo.*

A nuestro entrevistado le inquietan sus condiciones de salud y las limitaciones que se presentan en el país con la escasez de medicinas, el tiempo que se emplean en las consultas médicas y los exámenes de laboratorio. No se conforma con la situación de insuficiencia, acude a la ayuda de la familia.

*Los albergues para mayores los considero un recurso de último momento. Personalmente tengo ahorita tres colegas que están en ancianatos. Yo considero que solamente en el caso de una de ellas se justifica. En cambio, hay otra que tiene más deterioro físico y mental, pero cuenta con el apoyo total de la familia. Lo tiene en el*

*esposo, en un hijo, lo tiene en una hermana y por eso está en su casa. Hay una que acaba de fallecer ahorita, vivió con su hija hasta que falleció hace tres semanas, y otra está con su esposo bien atendida. Sus hijos están en el exterior, pero hablan con ella prácticamente todos los días, los amigos la llamamos, nos mantenemos en contacto con ella. Está muy “demenciada”, no se puede ya hablar con ella de los temas de educación y de política que eran los que solíamos atender nosotros, en nuestras reuniones. Las ventajas de vivir con la familia para el anciano es estar apoyado, protegido. La carga es para la familia porque trabajan y la atención al mayor es un sacrificio, la familia consume tiempo y energía para atender a sus ancianos. Y eso las limita en sus aspiraciones profesionales, de viajes, etc. Es una gran limitación para los cuidadores. Los pros son siempre para la persona que tiene el calor de hogar, la atención, y está siempre bien atendida en sus necesidades específicas. Mientras que en un ancianato entra en el colectivo. Me imagino que será una atención menos personalizada.*

Como la mayoría de las personas, no está de acuerdo con los albergues de ancianos salvo en casos de extremo deterioro mental. Considera que la mejor situación para una persona mayor es vivir con su familia, aunque reconoce un aspecto que se toma poco en cuenta, las dificultades que esto representa para los familiares cuidadores.

*Yo creo que llega un momento en que se igualan los dos géneros cuando hay un deterioro ya mayúsculo. En el proceso de envejecimiento yo creo que el hombre tiene ciertas ventajas. Por ejemplo, en la experiencia mía, los hombres permanecemos más tiempo manejando. Tenemos más actividad profesional, nos mantenemos más en la práctica de nuestra actividad profesional, aunque no sea institucional, aunque realizada en el hogar. Hay, por ejemplo, médicos que todavía atienden en su casa a familiares y amigos, aunque no vayan a una clínica. Creo que hay una diferencia a favor del hombre, más movilidad y más durabilidad. No podría opinar si eso es igual en todos los grupos sociales.*

*En parejas de amigos, se presentan conflictos cuando la mujer está perdiendo ciertas capacidades, por ejemplo, pierde la audición, hay un deterioro cognitivo... Entonces, hay cierta impaciencia por parte de uno de los dos y ahí surge cierto maltrato a veces verbal por impaciencia. Por ejemplo, tengo un hermano y un amigo que cuando hablamos la queja es esa. Reflexionamos y decimos que nos cuesta admitir que no puedes reclamar porque no oiga, porque no entienda, porque no se movilice con prontitud. Me cuesta mucho y tengo que hacerme un mea culpa de que he actuado impulsivamente, he llamado la atención, he sido violento*

*de palabra, cuando en realidad tenía que reconocer que ella tiene esa discapacidad y que tengo que tener tolerancia. Por ahí surgen conflictos y desavenencias. En pareja se tiene más resistencia, se tiene más apoyo para vivir. El viudo y la viuda, creo, que entran en un estado de deterioro físico y mental a menos de que tengan apoyo familiar muy firme. O que tengan todavía fuerza para buscarse otra pareja. Los que quedan en solitario creo que van en un declive más acelerado.*

En estos párrafos aparece la situación que se presenta a hombres y mujeres al envejecer cuando entre otras limitaciones surgen problemas con la audición y la atención. En su experiencia cree que la vejez de los varones es más activa y que la vida en pareja puede facilitar o ser motivo de conflictos cuando ya se es mayor. Considera que cuando la viudez ocurre en la ancianidad se llega al deterioro más rápidamente.

*El esfuerzo que yo hago es por mantenerme a través de la alimentación, los medicamentos y las caminatas, sobre todo las caminatas. Mantenerme muy alerta mentalmente el mayor tiempo posible para cumplir ciertas metas que me he propuesto como investigador social. La crisis política en el país y en el mundo me ha estimulado para utilizar ciertas herramientas. Al respecto lo que hago es lo siguiente: tomo conciencia de que tengo un instrumental intelectual, una “caja de herramientas” como creo que lo llamaba Foucault, y esa caja de herramientas debo utilizarla al máximo hasta los últimos momentos de mi vida en beneficio de la sociedad. Tengo mucha influencia de Prieto Figueroa, entonces como que quiero complacer al viejo donde esté, haciendo algo que habíamos dicho. Porque hay la idea que Prieto era una especie de Cardoso. Cardoso fue un brasileño que montó la estructura del Estado en Brasil. Y me parece que Prieto dejó muchas ideas que coinciden con el pensamiento de muchos filósofos que están vigentes hoy en día. Entonces el empeño es ese y tengo el apoyo de mis hijas, también y de mis nietos para tratar de producir unos resultados de investigación. Pero eso me deja también un poquito de sentimiento de culpa cuando mi esposa me reclama y me dice: “has estado muchas horas en el computador, has estado mucho tiempo trabajando ahí, y te has olvidado de mí, de que yo existo.” Trato de equilibrar, mi trabajo ahí y esa muletilla que tengo del computador, del proyecto y la atención que debo brindarle a ella. Por ejemplo, ahorita, mi esposa me dice al salir: “Menos mal que M. se ofreció que me va a llevar”. íbamos a ir a comprar algo, porque ella quería venir, pero yo estaba calculando la distancia entre donde dejé el carro y La Estancia, ella no iba a poder caminar hasta allá.*

Estos párrafos revelan un conjunto de conocimientos teóricos y actitudes del entrevistado. Su “caja de herramientas” es amplia. No solamente ha realizado estudios de posgrado, sino que, formando a muchas generaciones de docentes, ha seguido aprendiendo y no contento con eso, con sus más de 90 años declara que está realizando un proyecto de investigación en el campo de la educación en el que está trabajando por más de dos años.

Es interesante que considere su proyecto una deuda con nuestro destacado educador el Maestro Luis Beltrán Prieto Figueroa, de quien fue secretario privado. El proyecto que está *abierto al futuro y se relaciona con el sistema democrático y la educación*, al terminarlo seguramente pensará en una nueva creación. Menciona dos actitudes necesarias: la actividad física, realizando diariamente caminatas, y en cuanto a lo emocional, procura mantener un equilibrio entre el tiempo que dedica a su trabajo intelectual y a la atención que le brinda a su esposa.

*Hay una cosa que me ha mencionado un colega, siempre me la menciona cada vez... He tenido dificultades con dos bancos, y cuando he comentado con este colega él me ha dicho: Hay un artículo –no recuerdo en que Ley- que protege al adulto mayor. Tú tienes que hacer mención a eso. Porque ahí el Estado venezolano sí tiene cierta firmeza. Si un adulto mayor pone una queja por maltrato, por desatención, por discriminación, le cae esa Ley. Yo la usé en un banco que me había puesto una multa. Tenía unos pocos ahorros en dólares y cada mes yo iba a allá y me entregaban el estado de cuenta mensual. Y en determinado momento dejaron de entregarme el estado de cuenta y simultáneamente me pusieron una penalización de 50 dólares mensuales que me descontaban. Y cuando me di cuenta porque se me enfermó mi esposa y tal, a los 9 meses me habían descontado 450 dólares. Entonces yo hice la reclamación y me dijeron que no había nada que hacer, que era la política del banco... Pero, reclamé: ¿“Por qué ustedes dejaron de entregarme el estado de cuenta en el mismo momento en que me empezaron a descontar?” Entonces, metí un reclamo y mencioné esa obligación legal hacia los mayores. Inmediatamente reaccionaron y me dijeron, porque ya yo había cerrado la cuenta, porque con el disgusto cerré la cuenta, díganos a qué cuenta le podemos transferir los 450 dólares y en una semana tenía la plata. Eso fue en el Banco Venezolano de Crédito que tenía cuentas en el exterior cuando se podía ahorrar en dólares.*

*El otro fue con el Banco Provincial donde cobro la pensión de vejez. Yo gastaba la mitad y la otra mitad la ahorraba en otra cuenta. Entonces cuando fui a depositar me dijeron que no podía porque la cuenta estaba bloqueada porque no la usaba. Al reclamar*

*que cada mes depositaba me dijeron: “es que nunca retiras, tienes que retirar mensualmente” y yo no sabía eso. Fui a hablar y me dijeron que tenía que llevar varias cosas incluyendo cartas personales, referencias de dos personas, el RIF, y un recibo de CORPOLEC o CANTV. Les dije que eso me iba a consumir mucho tiempo, conseguir esos papeles. Entonces les dije: Yo te voy a advertir una sola cosa, hay una Ley que protege al adulto mayor, yo tengo 89 años, ¿por qué ustedes me van a someter a eso? Yo volví para hablar con el gerente y llevé una carta terrible mencionando esa ley y me dije: si me resuelven el problema no entrego la carta. Entregar la carta significaba romper con el banco porque era muy fuerte. Cuando llegué allá ya había hecho efecto lo que les había dicho del adulto mayor. Y me dijeron: tiene que ir a la casilla tal y retirar de la cuenta 3 mil o 5 mil bolívares para activarla. La idea que me quedó es que por ahí hay una ley, hay una política, hay una protección para los mayores y que por lo menos en el caso mío ha funcionado.*

Los trámites burocráticos en oficinas públicas y el sistema bancario suele ser un problema para el adulto mayor. Nuestro entrevistado ofrece ejemplos de incidentes que supo sortear gracias a su conocimiento de las ventajas que ofrecen las leyes venezolanas para proteger a estos ciudadanos.

*Creo que la Universidad Simón Rodríguez tiene programas educativos para adultos mayores. En el Pedagógico hay en el Departamento de Extensión. Hay un programa muy especial para los adultos mayores jubilados de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador (UPEL). Por correo electrónico también hay invitaciones, entonces, anualmente hay un desayuno, anualmente hay una celebración de despedida del año, y hay unos premios y hay concurso de cuentos y cosas de esas. La UPEL tiene programas muy específicos de protección en educación y atención al adulto mayor. No sé hasta qué punto se extiende a toda la población.*

*Yo he observado muy de lejos los programas del Municipio Chacao, que tiene una casa para la “Juventud Prolongada” que es como lo llaman. Ahí el anciano que tiene la posibilidad de ir, inscribirse y participar en determinadas actividades, en juegos, en deportes, en teatro, etc. Yo diría que cada comunidad debe tener eso. Dentro de las alcaldías debieran tener esos programas muy concretos, de acuerdo con el censo que hagan. Debiera haber un censo de los adultos mayores y debiera haber presupuesto y programas muy especiales con mucha información a la comunidad, para esa atención.*

*Yo entiendo que en Cumbres de Curumo donde vivo hay por parte de la Iglesia. La Iglesia tiene sus programas y yo he recibido*

*invitaciones, pero como no soy practicante de la religión no me he beneficiado de ellos, aunque me han invitado y me han dicho que no es necesario ser católico para participar.*

La preparación de los adultos en general, así como los mayores y los asesores de todos ellos es una actividad que reconoce y que se debieran plantear todas las universidades. También sería conveniente que las comunidades creen programas que contribuyan en la atención de toda la población y no solamente existan programas para niños y adolescentes. Se trata de la educación para todos y para la vida.

*Considero que Caracas en general es una ciudad que no protege ni al niño ni al anciano. En determinado momento un colega me dijo: "Caracas es anti viejos, anti ancianos porque incluso en ciertas avenidas tú no las puedes cruzar a menos que tú tengas la energía de un joven. Y en el Metro mismo, a pesar de que, en el Metro, uno no paga. Pero en el Metro no hay esa atención que no sé si la habrá en otras partes". Las pocas veces que he usado el Metro sí veo que hay respeto porque hay asientos especiales y entonces los jóvenes y los adultos jóvenes tienden a respetar eso. Difícilmente un anciano va a permanecer de pie si hay un asiento que alguien se lo pueda brindar. Pero en las calles, en el tráfico... Hace mucho tiempo que no tomo un colectivo, pero las últimas veces que tomé un colectivo me di cuenta... Y yo pienso que... Por ejemplo, ya mi esposa no podría tomar un colectivo. Y yo lo pienso para tomar un colectivo, correría ciertos riesgos. Por ejemplo, cuando entra un anciano, en las veces que yo lo utilicé en los Estados Unidos, el autobús no arranca hasta que ese señor no esté sentado, aquí no. Salvo en Chacao, los autobuses naranjas... ahorita me acaba de pasar que cogí el autobús anaranjado y el señor, hasta que nos sentamos, no arrancó. ¡Ah! Esos autobuses de la Alcaldía de Chacao, pero los otros, no. Ahí hay cierta violencia.*

Este es otro aspecto que pocas veces se menciona, el ambiente urbano. Al recorrer las ciudades, son impresionantes los pocos espacios ecológicos que existen, los muchos desniveles de las aceras, la cantidad de huecos, basura y suciedad por las calles de muchas zonas. A pesar de vivir en un ambiente tropical con la calidez del clima, no todos los espacios de la ciudad, *lo más humano del hombre* (Foucault, 2005) están diseñados y construidos en armonía; el urbanismo no siempre ha sido pensado para el disfrute de las personas en general y del adulto mayor en particular.

*En cuanto a la tecnología digital, ahí con el apoyo de mis hijas y de mis nietos he ido aprendiendo probablemente con ciertas*

*deficiencias... Cuando estábamos en Campo Alegre<sup>16</sup>, en 1994, desde ahí me inicié en lo digital. Cuando me operé una hernia, hace poco en la Sanatrix, me encontré a uno de los muchachos de computación, que fue a visitarme... Yo le dije: Tú sabes por qué te tengo tanto aprecio a ti, porque tú fuiste mi primer maestro en computación porque cada vez que yo tenía una duda, iba donde él. Le decía: "Te voy a quitar tres minutos..." y me respondía: "todo el tiempo que quiera, siempre estoy a la orden suya acá". Entonces, era lección tras lección, día tras día, día tras día. Entonces, qué te digo yo, navego en internet, hago mi exploración fina, lo que llaman, no recuerdo el nombre que le dan, pero hay una general y hay una como más especializada. Utilizo la clave de una universidad que me la ha brindado y con esa clave entro y tengo acceso a ciertas fuentes y revistas que cobran, pero no les cobran a los usuarios de esas universidades.*

*Entonces, he aprendido a manejar eso, a transformar ciertos archivos que están en un formato, pasarlos a otro y transferir y moverme entre el iPad y la laptop, ir haciendo archivos más reducidos para trabajarlos, y digamos que en general he aprendido a perderle el miedo a que se me borre algo, que era el temor que yo tenía antes. Y a veces me doy cuenta que utilizo vías que son como muy intuitivas y que son muy consumidoras de tiempo. Hasta que alguna de mis hijas tiene el tiempo para regalarme una media hora. Entonces, le planteo el problema y ellas me enseñan para hacerlo como lo harías tú, por ejemplo.*

Causa mucha satisfacción saber que el entrevistado se encuentra integrado a ambientes digitales desde 1994 que para entonces eran una novedad pues, aunque se estuvo pensando y trabajando en la posibilidad de la interconexión mundial desde los años 60, fue sólo el 24 de octubre de 1995 cuando se bautizó internet. Y da ejemplos de momentos para iniciar nuevos aprendizajes: estaba recuperándose de una enfermedad. Inicialmente supo llamar a alguien más joven que sabía de internet y cuando ha necesitado más conocimiento ha recurrido a su intuición o a familiares.

*Participo como en 5 grupos de WhatsApp. 6 grupos, incluyendo un grupo familiar. Un grupo internacional. No he entrado por ejemplo a Facebook, a Twitter, eso no, a eso le tengo miedo por el tiempo que me puede consumir. Y tengo invitaciones de Linkedin, creo que se llama. Pero me han dicho que esas invitaciones no vienen de la persona, vienen de la máquina. Solamente cuando alguien... Por ejemplo, hay un investigador de la Central que me dijo por email, "te voy a mandar una*

---

<sup>16</sup> Sede de Posgrado de la UNESR en Caracas

*invitación para que nos comuniquemos por acá porque por teléfono es muy limitada la cosa". Entonces, yo trato de consultar y discutir con universitarios aspectos específicos de mi proyecto porque necesito feedback crítico para asegurarme de que voy por un camino más o menos válido.*

*En cuanto a grupos, estoy en el grupo familiar, el grupo de jubilados de la Universidad Simón Rodríguez. No escribo en el chat, pero pertenezco. "Profesor jubilado interactivo", ese es el grupo. El otro se llama COMPUNESR, no participo, pero me relaciono por otras vías. Casi todos los grupos son relacionados con lo académico, y el de la familia. Luego hay unos grupos de contacto físico, unos 10 o 12 jubilados, son colegas del Pedagógico, de la Central y de la Normal, imagínate, que están en el Área Metropolitana. Vamos a decir: teléfono, email, y a lo mejor dos o tres veces al año, nos encontramos. Luego está un chat del edificio, ahí sí hay mucha interacción, son 30/35 familias. Y luego un grupo más extenso de la comunidad donde están varios profesores, ese es otro grupo. Todos casi de mi edad excepto tres personas, son jóvenes como tú (carcajada). Es que para mí tú eres joven. Imagínate, te llevo 9 años, pero tú sí te tragas los años de verdad. Ahora estás más joven que nunca, debe ser por el peinado. El pelo corto te queda muy bien, muy bien.*

Su pertenencia a varios grupos de internet y la cautela que tiene en no excederse en el tiempo dedicado a lo digital ofrece un ejemplo tanto acerca de la conveniencia de actualizarse como de cuidarse de adicciones. Sus comentarios reflejan permanentemente una actitud vital, interés por hacer uso de lo que va surgiendo y gran disposición para el aprendizaje.

*No pienso en la muerte. Hay una especie de pensamiento positivo general, simplemente le digo a mis hijas, tienen que tomar en cuenta que a esta edad es más factible y tomarlo como una puesta de sol, que no haya llanto, que no haya desesperación, que no haya no sé qué. Me preocupa que he tenido otros colegas que han preparado todo, yo no he preparado nada para ahorrarles trabajo. Ni con mis libros, ni con mis carpetas, todo eso está muy desordenado, y siempre quisiera tener tiempo para ahorrarles eso a ellas. Lo único que tengo es el terreno en el cementerio ya listo, un seguro que tenemos por el Pedagógico y otro por la Simón Rodríguez. Esa es como una tranquilidad que me da a mí. Y por lo demás, digamos, añoro mi terruño, mi pueblo, y me la paso discutiendo con mi esposa que quiero ir antes de despedirme, quiero ir a Chiguará.*

La muerte se recibe –tal como lo declara- con pensamientos positivos y hasta poéticos. Ha tomado las mínimas precauciones para ese momento y como a muchos mayores, le ilusiona regresar al pueblo andino donde nació.

*La ilusión de terminar una narrativa que tengo y que para terminarla tendría que ir a allá, hablar con ciertas personas, porque hay hechos de mi infancia, de mi adolescencia y de mi juventud que solamente los puedo corroborar con contadas personas que todavía viven, son personas nonagenarias, ¿entiendes? Tengo un hermano que tiene 96 años, lúcido totalmente, y con él chequeo ciertas cosas y tengo grabaciones de él. Pero él siempre me ha dicho: “no quiero más por teléfono, te vienes acá”, porque está muy sordo.*

*Entonces, digo: la ilusión de terminar un proyecto, o por lo menos avanzarlo al máximo. Tengo como 80 páginas que están escritas ya. Un “draft”, un borrador. Eso me ilusiona. Ahorita va a salir un artículo en una revista que entregué hace año y medio, me había olvidado de eso. De pronto viene el artículo de la revista, me pidieron que lo releyera, lo releí, le hice 20 correcciones y las envié. Le pedí a la directora de la revista, “como la mitad de esos errores no son míos, sino que llegaron allí no sé cómo, quiero que le diga al diagramador que yo quiero, después que haga las correcciones, que me lo vuelva a enviar para leer cómo fueron corregidos esos 20 gazapos”. Me prometió que lo va a hacer así.*

Reitera su interés en mantenerse activo y también que sus publicaciones sean impecables, enviadas a colegas para conocer su opinión previa la difusión del trabajo y que sean corregidas escrupulosamente.

*Mantenerme en esas cosas me da un aliento, una ilusión de existencia, ¿me entiendes? De una existencia activa. Luego, he hecho algunos escritos anónimos de tipo político y los he puesto a circular. Y he tenido la satisfacción de ver que han regresado a mí. Críticas fuertes. Pienso que si se continúa esta crisis y no hay solución voy a seguir escribiendo esas cosas duras, pero ya con mi nombre. Un escrito, por ejemplo, puede ser esto: “A quien pueda interesar. Si alguien está interesado en señalar el origen de la violencia en ciertos aspectos, aquí van estas ideas.” Porque el gobierno te pone que la violencia la inició la oposición, y hay muchos puntos concretos que dicen que “aquí comenzó la violencia”. A menos que el pueblo acepte y el gobierno avance hacia una tiranía total. Hacia un totalitarismo pleno, sin reaccionar. Por ejemplo, los decretos esos del tribunal supremo de justicia, que le quitó atribuciones... que prácticamente liquidó la asamblea, una asamblea elegida por 14 millones de personas... Ese es el inicio de la violencia. Otra violencia es en tantas*

*acciones. Por ejemplo, cuando el ejecutivo, el Sr. Maduro, toma la iniciativa y convoca una constituyente sin un referendo como se hizo en el 98, 99, eso es iniciar violencia. Provocar a la oposición con la expectativa que la oposición no reaccione. La oposición reacciona, quiere tomar la calle, viene la violencia de la Guardia Nacional, entonces, por ahí hay mucha tela que cortar para buscar el origen de la violencia, de dónde surge la violencia que padecimos y que condujo a tantas muertes. Otra cosa, no podemos permanecer indiferentes ante la muerte de ciento y pico de jóvenes. Ni de los que se van del país. La Universidad está perdiendo no solamente alumnos sino profesores jóvenes, la crema y nata de la formación intelectual que trabajan en investigación, médicos famosos... No solamente el talento que se va, el talento que se excluye... porque el gobierno quiere monopolizar todo. Incluso la compasión.*

Expresa críticas al ejecutivo y a la violencia que ha ocurrido en Venezuela. Como consecuencia de tal situación, señala que muchos venezolanos dejaron el país como secuela y esta diáspora incluye profesionales de alto nivel. Se preocupa de otra consecuencia: el estado actual de la educación superior.

*Nadie puede sentir compasión por una familia que está pasando hambre sino el gobierno. Nadie puede ayudar... Ninguna empresa privada puede ocuparse del techo para los pobres. En los Estados Unidos hay empresas que te construyen ciudades, la vivienda que compró mi hija es una vivienda construida por una empresa que ha construido como 60 urbanizaciones en todo el país. Esa contribución es talento privado, talento de la empresa privada.*

Da ejemplos de cómo en otro país se enfrentan algunos de los problemas sociales y de infraestructura que se han resuelto con la participación del sector privado, una vía a tomar en cuenta en nuestro país.

*Mis hijas son tres y cuatro nietos. Hay dos aquí y una afuera. Afuera están una hija y dos nietos. Está en Miami, la nieta que ya tiene 27 años está en Michigan, es técnico veterinario y está allá en Michigan estudiando..."*

Como le sucede a la mayoría de quienes están en Venezuela, el profesor tiene parte de la familia en el exterior. En resumen, en la entrevista se han mencionado la mayoría de los aspectos que tienen que considerarse para lograr una vejez activa y satisfactoria: mantener no uno sino varios círculos de contacto, no sólo con la familia sino también de amigos y relacionados

para mantener una vida social activa. Prestar atención a la alimentación adecuada y a la actividad física, representada en caminatas y momentos de esparcimiento como parte de la salud integral. Que se respete la autonomía de los mayores en lo que respecta a sus decisiones tales como ir a reclamar a un organismo público o un banco. Mantenerse activo intelectualmente con proyectos propios porque, según sus palabras, *“nunca se sabe cuándo se va a poner el sol”*.

El urbanismo adecuado, la convivencia vecinal, son necesarios en esta y en todas las etapas de la vida. Es preciso repensar los espacios urbanos y exigir su armonía para que en la medida que las personas vayan envejeciendo cuenten con ambientes propicios para disfrutar y sentirse a gusto.

No se aprende a ser viejo cuando se llega a los 60 años, para lograr vivir en armonía consigo mismo, otros y el entorno, es necesario que desde la infancia se eduque en aquellas cualidades que van a permitir lograr un envejecimiento activo, saludable, se trata de que cada ser humano cuente con la mejor *caja de herramientas* para su desarrollo vital. Que la mejor compañía seamos nosotros mismos, aunque no disfrutemos ya de quienes se van a otros países o definitivamente.

## REFERENCIAS

Foucault, M. (2005) *Arqueología del Saber* México: Siglo XXI

Instituto Nacional de Estadísticas. (INE) (2011). *Censos de Población y Vivienda 2011* Caracas, INE

Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo *Humano* (PNUD) (2018).  
*Development Indices and Indicators – 2018 Statistical Update*  
<http://hdr.undp.org/en/2018-update>

Trading Economics. (2021) *Venezuela Population Decline*.  
Google.com/search?sxsrf=AOaemvKNJd48rnEihcfR8SzpAukxVSfXcA:  
1637087580776&q=Venezuela+population+decline&sa=X&ved=2ahUK  
Ewi5gd-9wp30AhX4SjABHeEVAZEQ1Qj6BAgWEAE&biw=

República Bolivariana de Venezuela. (2012). Ley Orgánica del Sistema de Seguridad Social Integral Caracas. Asamblea Nacional. Gaceta Oficial N° 39.912 del 30 de abril

Constitución de la República Bolivariana de Venezuela (1999). *Gaceta Oficial N° 36860*. Diciembre, 1999, Caracas.