



alethéia
revista ieu universidad



LOS NIETOS Y SU CONTRIBUCIÓN EN EL ENVEJECIMIENTO DE SUS ABUELOS

Claudia Érika Ríos Rivera



ARTÍCULO DE OPINIÓN:

**LOS NIETOS Y SU CONTRIBUCIÓN EN EL
ENVEJECIMIENTO DE SUS ABUELOS**

AUTOR:

Claudia Érika Ríos Rivera

ADSCRIPCIÓN:

Universidad Autónoma de Guerrero

CORREO ELECTRÓNICO:

claudiaerios@hotmail.com

TELÉFONO:

7442357646

Resumen.

Las personas mayores pueden envejecer de manera similar a un joven, siempre que tengan buena salud y un entorno propicio. Hay estudios donde los abuelos mencionan: compañía, vitalidad, alegría, satisfacción y diversión como aspectos que obtienen de sus nietos. Los nietos tienen la capacidad de transmitir sentimientos que contribuyen a un envejecimiento saludable de sus abuelos.

Abstract.

Old people can age similarly to a young person, provided they have good health and an enabling environment. There are studies where grandparents mention: company, vitality, joy, satisfaction and fun as aspects they get from their grandchildren. The grandchildren have the ability to convey feelings that contribute to a healthy aging of their grandparents.



LOS NIETOS Y SU CONTRIBUCIÓN EN EL ENVEJECIMIENTO DE SUS ABUELOS

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2018), para 2020 el número de personas de 60 años o más será superior al de niños menores de cinco años. Estos datos tienen una sencilla conclusión: dentro de un año existirán más seres humanos listos para morir que los que comienzan a vivir.

Si las personas mayores pueden vivir sus años adicionales de vida en buena salud y en un entorno propicio, podrán hacer lo que más valoran de forma muy similar a una persona joven (OMS, 2018). En otras palabras, se puede envejecer con calidad de vida, siempre que se sigan las recomendaciones médicas y en un ambiente idóneo para aumentar la vitalidad de los ancianos.

En la tercera edad pueden distinguirse dos tipos de poblaciones: la primera es la dependiente, necesitada de cuidados y atención permanente; la segunda se refiere a los potencialmente autónomos y autosuficientes, entre los cuales se

encuentran los prestadores de ayuda a sus hijos para el cuidado de sus nietos (Osuna, 2006). En estas dos poblaciones los entornos son totalmente diferentes: en la primera el ambiente suele ser tranquilo, silencioso, se evita el contacto con niños e incluso llegan a ser obligatorias las visitas de los familiares; en tanto, para los independientes, los espacios suelen ser activos, ruidosos, divertidos y saludables para el cuerpo y alma.

Triadó y Villar Posada (2000), en su estudio del rol del abuelo en las relaciones con sus nietos, destacan el vínculo con el pasado (grado en el que el abuelo representa una figura que mantiene y traspasa a sus nietos la historia familiar) y la cercanía emocional (grado en que el abuelo percibe que existe un lazo afectivo entre él y sus nietos, lazo que implica sentimientos de disfrute conjunto, comprensión, respeto y búsqueda de la compañía del otro) como la relación que los adultos mayores tienen con sus nietos. El uso constante de recuerdos ayuda al cerebro a retener

y recuperar información. La cercanía emocional produce en los abuelos la capacidad de sentirse útiles, ocupados y queridos.

En el mismo estudio, Triadó y Villar Posada (2000) reportan que lo que más les gusta a los adultos mayores de los descendientes de sus hijos son los atributos personales (son alegres, simpáticos, guapos, etc.); en segundo lugar, mencionaron la afectividad (son cariñosos, los quieren, les gusta estar con ellos, etc.). Estas percepciones que tienen los abuelos hacia sus nietos suelen alegrar su vida cotidiana porque ven reflejada la buena educación que les dan sus hijos con la ayuda de ellos.

En otro estudio, la función del género presenta diferencias cuando se cuestiona lo que obtienen los abuelos en la relación con sus nietos; así, las abuelas enfatizaron la compañía y vitalidad, mientras que para los abuelos los aspectos

de satisfacción y diversión fueron los más altos (Osuna, 2006). A pesar de que existen diferencias entre ambos sexos, la finalidad de las aportaciones de los nietos hacia sus abuelos es la misma: lograr que se sientan vivos y felices.

Conclusiones

Los adultos mayores necesitan de contribución jovial para recordarles que aún pueden ser indispensables para ellos mismos y para otros seres humanos. En esta edad precisan de compañía, vitalidad, diversión, alegría y cariño.

Los nietos son capaces de transmitir sentimientos que sus abuelos creían olvidados en ellos. A través del cuidado de los mismos, pueden tener la satisfacción personal de saber que están ayudando a educar a los hijos de sus hijos. ■

Referencias.

Osuna, M. J. (2006). *Relaciones familiares en la vejez: vínculos de los abuelos y de las abuelas con sus nietos y nietas en la infancia*, *Revista Multidisciplinar de Gerontología*, 16(1), pp. 16-25.

Organización Mundial de la Salud (2018). *Envejecimiento y salud*. Recuperado de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/envejecimiento-y-salud>.

Triadó Tur, C. & Villar Posada, F. (2000). *El rol de abuelo: cómo perciben los abuelos las relaciones con sus nietos*, *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 35(S2), pp. 30-36.