

Padres envejecidos : la carga invisible de los hijos que se quedan

Envejecer es ver cómo los roles se invierten. Pamela se cuestiona sobre ese momento delicado y decisivo en el que el hijo se convierte en el cuidador del adulto que alguna vez admiró.

Escribo sobre la vejez, como si fuese una anciana, pero solo soy una observadora, una espía. Siempre me ha tocado estar cerca de la vejez desde la figura de nieta o amiga, nunca desde la figura de hija. Me parece importante dejar esto claro. Ser hijo de un anciano con demencia senil, enfermedades físicas o psicológicas es algo mucho más complejo que ser nieto. El nieto está allí, ayuda de vez en cuando, saca una sonrisa, dialoga, limpia, carga si es necesario, pero hay una distancia, una distancia sentimental mucho más profunda que lo separa del anciano.

El envejecimiento es un problema mundial. *La situación es especialmente grave en países de ingresos bajos y medianos. En 2050, el 80% de las personas mayores vivirá en estos países.* Se habla poco de la desesperación, y la ansiedad que le causa a los hijos mantener económicamente a los padres en países en donde la pensión de los ancianos simplemente no es suficiente para alimentos, techo y medicinas. Si a esto le sumas los altos costos de pagar una casa hogar o un cuidador que a veces es incluso necesario si los hijos se encargan de cuidar, hablamos de un futuro en donde la vejez es un espacio angustiante. En la ancianidad que necesita de cuidados extremos, los hijos terminan convirtiéndose en padres de sus propios padres.

Cuidar a tus padres es una elección, no una obligación, pero hay un tabú realmente profundo si decides no hacerlo. Se te tilda de hijo horrible, de hijo malagradecido. Debe existir un equilibrio: deshacerse por completo de la responsabilidad es egoísta, hay un acto de abandono y desagrado tomarla por completo no es una tarea fácil, es un acto de entrega total, que nadie debería asumir; Algunos lo hacen porque se preocupan por sus padres, otros porque se sienten culpables, otros no tienen otra opción. Lo ideal es algo intermedio, pagar una cuidadora por ejemplo y estar allí cuando puedas. No siempre es posible, se necesita de dinero, de privilegio para que suceda, y el gran grueso de la población mundial no lo posee. Esto puede ocasionar una desesperación y un estrés enorme.

Cuando el padre o la madre envejece y ya no se puede valer por sí mismo, el desenlace de ciertas situaciones y sombras familiares no tarda mucho en salir. Empieza la discusión entre hermanos, lo he vivido con tres abuelos - Dos abuelas y un abuelo. He oído discusiones familiares ir y venir, insultos, gritos, rencores que afloran. En estos casos, se empieza con la lógica, pero se termina con la emoción. A veces el anciano es un bulto que pasa de casa en casa, como una obligación, se termina convirtiendo en un objeto.

En el caso de mi abuela Aurora, mamá de mi papá, que vivió conmigo, y con todos mis tíos. Llegó hasta viajar en avión sola sufriendo de una senilidad peligrosa para quedarse en casa de una hija. Su vida en todas las casas era igual. Seguía la misma rutina: bajar a comer y ver televisión ocupaban la mayor parte del día, hacerse cargo de sus mañan la otra parte. Si le

cambiabas el canal o el televisor se apagaba perdía la cordura, necesitaba el ruido del canal 10 todo el día en sus tímpanos. A veces ni siquiera lo veía, pero lo necesitaba. Ese canal de tv era su verdadero hogar.

Mi otra abuela Chepa estuvo años, viajando de casa en casa con un canario en una jaula, el canario es en cierto modo el espíritu de mi abuelo, su maleta y una mecedora. Hasta que se quedó en cama y no hubo forma de que quisiera salir de su casa, el día de hoy ya no está con nosotros. Todos los hermanos la aman a su manera, lo cierto es que todos tienen su historia personal con ella. Mi abuela Chepa era una persona difícil, como un personaje de "Cien Años de Soledad", bien latinoamericana y dramática. En sus últimos días dejó de leer, pero era de las mejores lectoras que he conocido. Su vida fue un poco como una novela de realismo mágico y sus hijos formaron parte de ello. Siempre fue silenciosa y difícil de comprender, dura, algo masculina, sin embargo, machista. Una mujer demasiado independiente, pero con esposo militar. Un manojo de contradicciones. Se quedó en cama hace más de un año por una fractura de pierna mal llevada y una depresión fuerte por la muerte de su hijo. En la cama tuvo días buenos y malos, se volvió más dócil. Sin embargo, siguió siendo la misma y odio su vida. No es fácil. Se quería morir y no se moría. No puedes culparla del todo ¿Quién desea seguir una vida en donde otro te tiene que limpiar tu mierda todos los días, en donde ya casi no puedes ni masticar?

Hace unos meses, antes de su verdadera muerte, estábamos seguros de que iba a morir. Como ha sido siempre una especie de adivinadora, una bruja todo el mundo le creyó. Estuvimos 5 días rezando y cocinando las mejores recetas. Le subía y le bajaba la fiebre, la engordamos como a un pavo, le llevamos un cura para que le diera los santos óleos y llegaron familiares del interior del país a despedirse. Tres meses después, siguió viva. Le pusimos *La vie en rose* de Edith Piaf en loop que es su canción favorita: "*Quand il me prend dans ses bras/ Il me parle tout bas/ Je vois la vie en rose*"

Ahora donde sea que oigo esta canción, solo me puedo reír, de esta situación absurda, de la lloradera familiar, de los días agotados alrededor de la cama, del dinero gastado en comida cara que no podíamos comprar para complacerla, de ver a mi abuela fingiendo morir.

No todas las personas viven tan de cerca esta situación. Algunas se trasladan a otro país, se van a un estado lejano, pertenecen a un núcleo familiar desunido, o por un tema de salud, la vejez de sus familiares es maravillosa, y no se ocupan de estos problemas. A menudo, estos hijos acaban convirtiéndose en «Los buenos hijos» a los ojos de los padres. Su relación es de visitas y llamadas telefónicas. Sólo les desean lo mejor, les tratan bien, les dan cariño, y no viven ninguno de sus problemas reales sino como una anécdota por teléfono. Por otro lado, los hijos que se convierten en los guardianes quedan atrapados en las penurias, el mal humor y el deterioro físico, en la involución del anciano hacia el infantilismo. Acaban convirtiéndose en "Los malos hijos", ya que son la figura de autoridad en la vida del anciano.

A veces los comportamientos de la vejez rozan la maldad. Se entiende que haya algo de locura en el asunto, pero cuando una persona entrega su tiempo al cuidado de los demás, el corazón siempre espera gratitud, y una sonrisa. Cuando no es así, se convierte en una gruesa gota de mercurio que crea una fricción entre ese nuevo vínculo filial tan complejo que nada tiene que ver con el original. Lo cierto es que los ancianos con demencia senil son más felices que las personas que les rodean. La mayor parte del tiempo no se dan cuenta de

nada, mientras que a su alrededor los hijos y familiares aprenden a lidiar con la tristeza, la desorientación, la desesperanza, la desvergüenza y el asco. Ayuda a recordar los buenos momentos que pasaste con tus padres, los más puros y sencillos: quizá un domingo en la cama comiendo, un viaje inolvidable, las risas y la complicidad compartida.

Es importante entender a aquellos hijos que se van/muchos de ellos fueron hijos de padres o madres terribles, humillantes, de los que lograron escapar. Algunos tienen situaciones más complejas de describir, más inexactas en donde sus padres o madres son buenas personas, con costumbres anticuadas que permitieron abusos graves o simplemente no pueden vivir en el mismo lugar que ellos, porque les impide desarrollarse como seres humanos. Otros con razones más débiles, pero igual difíciles: una madre que no soporta la gordura de una hija o un padre que no termina de aceptar la homosexualidad de su hijo. Cosas específicas, roces con las personas que impiden la convivencia. Historias secretas que se empolvan y quedan atrás en la alacena como una sopa Campbell vieja. Sucede que la relación entre padres e hijos es de las más difíciles que existen.

Estos niños cuyos padres les abandonaron o humillaron o simplemente fueron malos padres, a veces se quedan porque no siguen un patrón, porque son mejores personas que sus padres o porque no tienen otra opción. Se ocupan de una madre que intenta olvidar su historia, reconciliarse y comprender su comportamiento pasado. Al mismo tiempo, con toallitas para bebés, limpian su cuerpo y sus genitales y la madre finge que no recuerda lo que hizo e intenta comprender por qué ese hijo o hija con el que no fue una buena persona se comporta así con ella. Todo el mundo juega al juego del olvido. A veces este torneo da una segunda oportunidad, la posibilidad de volver a empezar con un padre o una madre. Entre pañales, compotas y pastillas, miles de sentimientos bullen en una línea filial en la que los papeles se invierten.

En el libro «El padre», Sharon Olds, poeta estadounidense, se enfrenta a ser el tipo de hija que describo en el párrafo anterior. Uno de sus poemas dice: «... quizá hubiera deseado cambiar mi vida / por la de alguien criado con amor / pero ¿cómo podría alguien criado con amor / soportar esta muerte?». Sharon lidia con el cuidado de un padre que no es el mejor. Escribe desde una mirada estoica, sobre tener que ver a su anciano padre desnudo. Es un libro de poemas muy árido que gira en torno a la enfermedad y al cuidado hasta que el cuerpo se rompe. En algunos de ellos habla del pene de su padre, en un diálogo consigo misma. El pene del padre es observado como algo que cuelga de él, como una oreja o una lengua, incluso como un objeto, como una taza. Le quita todo morbo, pero también es consciente de su existencia pasada. En un tiempo aquello fue un genital que ejercía su función sexual. Cuando eres el hijo cuidador, tu progenitor se convierte en paciente, te entrega un cuerpo y debes lidiar con lo que ese cuerpo significó, con su historia, con su memoria. Experimentas un vértigo moral.

La enfermedad geriátrica convierte todo en otra cosa, no solo el cuerpo sino también la casa. Condena a la familia al espacio doméstico: una habitación se termina transformando en un baño, en una sala, en un consultorio clínico o en un comedor. El espacio al volverse todos los espacios deja de existir. Al mismo tiempo pierde su calidad de habitación y el enfermo no tiene un espacio propio. Tal vez son los objetos dentro del espacio, objetos que han permanecido durante el tiempo, son los que le otorgan a este un peso de memoria.

A mi abuela le cuesta identificar la habitación donde estuvo hasta el día de su muerte. Le sucedía constantemente que había que sacarla de la habitación para que se diera cuenta que estaba en casa. En sus momentos más seniles alucinaba con una residencia de ancianos y empezaba a vernos a mi madre o a mí como enfermeras. La habitación estaba en la primera planta de la casa, cerca de la cocina. Antes era la biblioteca. Un baño pequeño, dos camas, una clínica y otra normal donde duerme la cuidadora. Es el lugar donde pasaba la mayoría del tiempo.

La muerte en la vejez puede ser un espacio lento y largo, pero también rápido, corto y agresivo. Quedan dos recuerdos de la persona: el primero, lo que la persona era cuando se valía por sí misma y el segundo la larga estela de la persona en la que se convirtió esperando morir.

Envejecer para muchos es un acto profundamente solitario. Pienso en la posibilidad de la eutanasia. Si tengo hijos y me vuelvo una carga, me gustaría poder elegir, acabar con mi vida, feliz y en calma, dejarlos a ellos tranquilos ocuparse de la suya. Son temas que se hablan poco, tal vez porque la muerte es un tema tan prohibido y oscuro, pero la posibilidad de elegir tu muerte para otorgar tranquilidad a otros me parece al contrario un comportamiento luminoso. El envejecimiento termina permeando por completo la vida de las familias. Hay mucho silencio al respecto: algunos acarrear años de culpa y rencor.

Propongo que se hable más sobre envejecer siendo jóvenes, no solo desde la salud y los buenos hábitos, sino desde un lugar profundo y filosófico, hasta tal vez político. Crear comunidad, más programas sociales para ancianos que fomenten un cuidado gratuito, pagado por el estado que permita lidiar con la angustia de una sociedad millennial a la que cada vez se le hace más difícil simplemente salir de sus casas, en países latinoamericanos de ingresos bajos. Hay que preguntarnos, ¿Qué clase de ancianos queremos ser? ¿Qué esperamos de nuestros hijos, si es que tenemos? ¿Qué esperamos de nuestras parejas al envejecer? Si nos preparamos con un poco de antelación, tal vez pudiésemos ser más felices, no solo nosotros, sino los que nos aman y se preocupan por nuestro bienestar.

Observar a tus padres y abuelos envejecer, es dramático, complejo e intenso, sobre todo muy humano, porque no es lujoso y hay que tener bondad para quedarse y no huir. Es parte de la vida, es una montaña rocosa que eliges subir siendo un principiante, muchas veces sin los zapatos adecuados, mirando el vacío, queriendo lanzarse a ratos. No hay ninguna cima, pero las rocas con las que te tropiezas una y otra vez tornan color cielo la sangre de tus rodillas y el canto de los pájaros se escucha más alto. Con brusquedad, el viento sopla un poco más fuerte, especialmente para ti, cuando por fin después de un día cansado, puedes irte a dormir.

- *Pamela Rahn Sanchez*