

## **Recomiendan cercanía y empatía con los adultos mayores ante el Covid-19**

Seminario virtual en Comportamiento y Salud del CUValles, abordó el tema de los cuidados y la atención del adulto mayor

Desde la aparición del virus Sars Cov-2 (Covid-19) en diciembre pasado y su posterior propagación por el mundo, la Organización Mundial de la Salud (OMS) identificó a los adultos mayores como uno de los grupos de población con mayor vulnerabilidad ante el virus, dadas sus probables condiciones de salud y su tiempo de recuperación.

La declaratoria como pandemia trajo consigo, también, una serie de medidas preventivas por parte de las diferentes instancias de salud, en particular en las acciones correspondientes a los adultos mayores, tales como la recomendación de la protección y asilamiento de los ancianos.

Para la académica del Centro Universitario de los Valles (CUValles) y especialista en gerontología, Carmen Elvira Hernández Magaña, además de la problemática de salud que representa un posible contagio, la actual crisis sanitaria ha puesto en evidencia la poca importancia que la sociedad brinda a sus adultos mayores y las consecuencias psicológicas que ello representa.

“De entrada, existe la etiqueta de Covid igual a muerte en los adultos mayores; sin embargo, se ha comprobado que no es una cuestión de edad, sino del estado de salud de cada individuo. A los adultos mayores, como sociedad, los hemos vuelto vulnerables, y con este tipo de etiquetas despertamos en ellos la ansiedad ante la muerte”, subrayó.

A la par de las condiciones de salud, el factor económico y el abandono son otras de las implicaciones que desgastan la salud emocional de los adultos mayores durante la cuarentena. En este sentido, Hernández Magaña reconoció que, en algunos casos, este periodo de aislamiento no es nada diferente a la realidad que viven día a día.

### **Adulto mayor y Covid-19**

La principal recomendación de Hernández Magaña es acatar las medidas impuestas por las autoridades en materia de salud, correspondientes al aislamiento en casa, lo cual no debe representar un distanciamiento emocional con su familia.

En los casos donde exista la presencia de adultos mayores en el hogar, la especialista recomendó abordar los temas relacionados con el coronavirus con total apertura, sin llegar a la sobreinformación y mucho menos la desinformación.

Aunado a ello, aconsejó mantener una comunicación empática y constante, la realización de actividad física y cognitiva acorde con sus condiciones, la búsqueda y práctica de técnicas de relajación y, sobre

todo, propiciar un ambiente optimista a su alrededor.

**A t e n t a m e n t e**

**"Piensa y Trabaja"**

**Año de la Transición Energética en la Universidad de Guadalajara"**

**Guadalajara, Jalisco, 27 de mayo de 2020**

**Texto: CUValles**

**Fotografía: Cortesía CUValles**

**Etiquetas:**

[Carmen Elvira Hernández Magaña](#) <sup>[1]</sup>

---

**URL Fuente:** <https://comsoc.udg.mx/noticia/recomiendan-cercania-y-empatia-con-los-adultos-mayores-ante-el-covid-19>

**Links**

[1] <https://comsoc.udg.mx/etiquetas/carmen-elvira-hernandez-magana>