

“Las personas mayores cuentan”

“CUENTA CONMIGO, CUENTA CON ELLAS”

2da. Versión

Familia

Sociedad

Instituciones

# Familia



# GRUPO DE TRABAJO POR LA PROMOCIÓN DEL BUEN TRATO HACIA LAS PERSONAS MAYORES

## Coordinadoras:

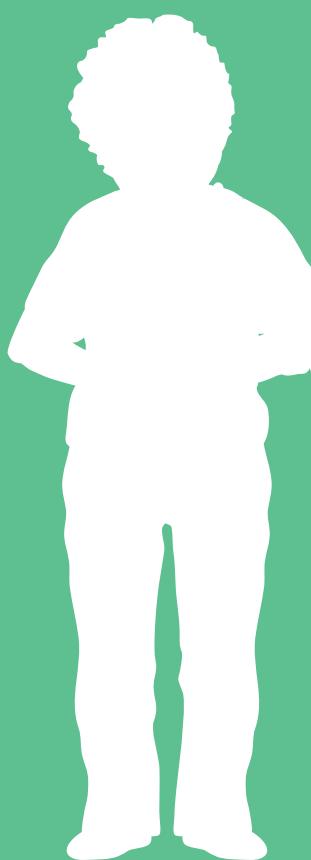
Esther Camacho Ortega  
Gema Sanz Ponce  
Sara Martínez de Pedro

## Autores:

Esther Camacho Ortega  
Alejandra Chulián Horrillo  
Javier López Martínez  
Sara Martínez de Pedro  
Gema Pérez-Rojo  
Mercedes Retana Campos  
Gema Sanz Ponce  
Cristina Velasco Vega

## Ilustrador:

Óscar Treviño Cerros



## Edita:

Colegio Oficial de la Psicología de Madrid

## Dirección:

Cuesta de San Vicente, 4, 6<sup>a</sup> planta, 28008 Madrid

## Teléfono:

915419999

## Email:

copmadrid@cop.es

## Web:

[www.copmadrid.org](http://www.copmadrid.org)

## Imprime:

Huna Soluciones Gráficas SL (Huna Comunicación)

## Depósito Legal:

M-13338-2024

## ISBN:

978-84-124029-7-1

# PRÓLOGO

## “Las personas mayores cuentan” “CUENTA CONMIGO, CUENTA CON ELLAS”

La sensibilización sobre los Malos Tratos hacia las personas mayores en la sociedad actual y la concienciación sobre la importancia de respetar los derechos fundamentales de las personas mayores son dos de los pilares básicos para evitar que estos aparezcan o que continúen ocurriendo.

Y es que, cuando se piensa en Malos Tratos, se cree que estos sólo se refieren a golpes o insultos, pero hay situaciones más sutiles y menos explícitas que también causan daño, como la infantilización o la violación de los derechos, y no sólo a la persona, sino también a su familia, entorno y/o grupo social.

Actualmente son muchas las iniciativas que se van poniendo en marcha, y muchas las personas y los profesionales que se están esforzando día a día para conseguir que los mayores reciban el Buen Trato que se merecen; pero aún es necesario que se siga trabajando para mejorar la calidad de vida de las personas mayores, dentro de sus familias, en la sociedad y en las instituciones.

Este es el objetivo de esta serie de cuentos realizados por el Grupo de Trabajo Promoción del Buen Trato hacia las Personas Mayores del Colegio Oficial de la Psicología de Madrid hacer visibles situaciones de Mal Trato en las que cualquiera ha podido estar involucrados alguna vez, bien como protagonista o bien como observador, sin la intención de culpabilizar ni dar dogmas de comportamiento, sino de sacar a la luz aspectos a mejorar y dar alternativas para conseguir el trato adecuado que merecen las personas mayores.

La serie está formada por tres cuentos con una misma protagonista, Amparo.

A través de la vida de Amparo y de las distintas situaciones a las que se enfrenta, se ofrece una visión de acciones de Mal Trato, por parte de la familia, de las instituciones o de la sociedad, y una visión de Buen Trato, que desde el Grupo de Trabajo proponemos es la que permitirá entender qué es lo que se puede mejorar en el día a día, como mayores, familiares y/o profesionales.

Confiamos que esta iniciativa ayudará en el fomento y la promoción del Buen Trato hacia las Personas Mayores.

GRUPO DE TRABAJO PROMOCIÓN DEL BUEN TRATO HACIA LAS PERSONAS MAYORES



# FAMILIA – MAL TRATO

## ESCENA 1

Amparo está sentada en la cocina tomándose su descafeinado con leche. Moja una magdalena que se empapa, como decía su abuela "una magdalena es buena cuando se te bebe todo el café", y esa magdalena le ha vaciado una buena parte. Sonríe al recordar a su abuela.

Tiene la radio encendida, pero muy bajito no sea que se despierte su hija y no pueda disfrutar de ese ratito a solas. En la radio vuelven a hablar del creciente problema de soledad que afecta a las personas mayores, Amparo recuerda cómo con el paso de los años se ha ido despidiendo de tantos seres queridos.

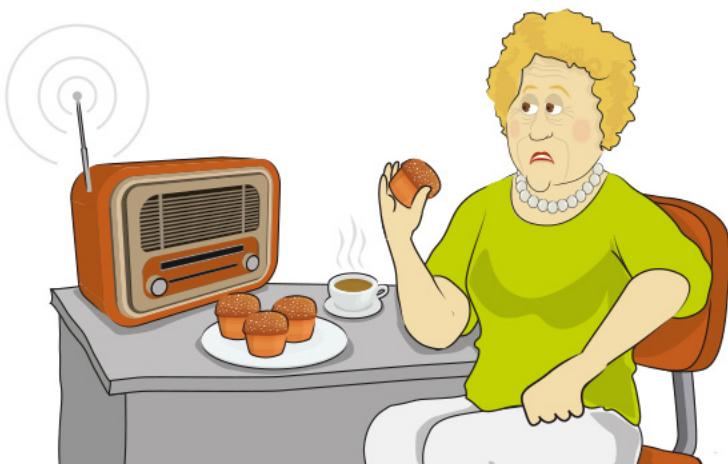
Aunque si mira hacia atrás, lo que más ha cambiado su vida ha sido el regreso a casa de su hija. Cuando ésta terminó sus estudios, se fue a trabajar al extranjero y sólo recibía una llamada de vez en cuando: "Que las conferencias son muy caras, mamá". En varios años sólo le había visto en alguna Navidad: "Que los vuelos son muy caros, mamá". Pero cuando rompió con su pareja decidió dejar su trabajo y volver a España. Al principio sólo iba a quedarse hasta encontrar un apartamento de alquiler, pero de eso hacía meses y ya había dejado de buscar: "Mamá, que no me voy a otra casa, que no quiero que estés sola". Amparo mueve la cabeza con resignación, mientras le da un buen bocado a la magdalena

— "¿Mamá? Ah estás aquí... ¿Por qué no me has despertado? Te hubiera puesto el desayuno. ¿Estás comiendo magdalenas? Mira que tienen mucha grasa y no son sanas para ti..."

— "Mi colesterol está perfecto y son sin azúcar..."

— "Ya, ya. Eso dicen todos los mayores y luego les da un infarto y con tus problemas de circulación. Si aparte coges más peso todo se agrava". "Te voy a preparar un kiwi y unos cereales de avena con leche fresca. Buenos para la digestión y los huesos, que lo que te estás tomando es una bomba de relojería".

Amparo pega otro bocado antes de que su hija le retire su desayuno.



ESCENA 2

Amparo ha terminado de arreglarse, se mira en el espejo y decide pintarse los labios. ¡Qué importa si su apariencia no es la misma que a los 30 años? ¡Ella se ve guapa! Oye la puerta cerrarse, su hija acaba de llegar.

— “¿Mamá? Estoy hambrienta, llevo todo el día pensando en tus lentejas. Su hija se acerca y le da un abrazo — “¡Qué arreglada te has puesto para ponerme las lentejas!” — se ríe.

— “¡Qué boba eres! Anda, ven a la cocina que te sirvo la comida. Date prisa que me están esperando...”.

— “¿Te espera mi hermana? ¿Es que tienes que ir al médico? No recuerdo que tuviéramos cita”.

Su hija se acerca al calendario que hay colgado en la puerta de la nevera donde lleva registradas todas las citas médicas de Amparo.

— “No, no tengo médico. He quedado con una amiga para acercarnos al centro de mayores, creo que van a retomar algunas actividades. Quiero saber si van a volver a dar gimnasia y las visitas guiadas por Madrid. Con el cierre de talleres cuando la COVID perdimos muchas actividades y no se han vuelto a recuperar, así que con las pocas que quedan tengo que correr que, si no te apuntas pronto, te quedas sin plaza”.

— “¡Gimnasia! ¡En un sitio cerrado! ¿Visitas en grupo? Si hay alguien contagiado, acabareis todos enfermos, qué no solo es la COVID hay muchos casos de gripe, mamá ¿se te ha ido la cabeza?”.

— “Hija, nos estamos vacunando cada año y respetando las medidas de protección. Podemos retomar nuestras vidas, además no lo harían si no fuera seguro”.

— “Pero no puedes ir, es muy peligroso. Yo estoy aquí sacrificándome por ti para cuidarte y tú te vas a poner, sin ton ni son, en peligro. No es justo, mamá”.

— “Hija, ya te he dicho que no es necesario que te quedes en casa conmigo y no voy a estar todo el día encerrada porque tengas miedo. Yo tengo que retomar mi vida...”.

— “Vamos mamá, sé razonable. Si quieres después de la siesta damos un paseo juntas por el parque, que allí podemos llamar a mi hermana y que lleve a los niños también. Mamá, hazlo por mí. Sólo quiero tu bienestar, no sé qué haría si te pasase algo. Por favor...”.



### ESCENA 3

Durante el paseo hacia el parque, Amparo se detiene en el escaparate de la pastelería donde a ella le gustaba comprar dulces.

- “Espera un momento, voy a pasar a comprar unos dulces para los niños”.
- “No te preocupes mamá, dime qué quieras y entro yo”.
- “No hace falta hija, prefiero ver lo que hay y saludar a Fermín, que hace mucho que no lo veo”. —Amparo entra seguida por su hija.
- “¡Dichosos los ojos doña Amparo! Cuánto tiempo sin verla por aquí”.
- “Sí, es verdad, demasiado tiempo. ¿Estáis todos bien? ¿Qué tal tú esposa y los niños?”
- “Ahí vamos doña Amparo. De momento, todos bien. ¿Y ustedes?”
- “Me alegro mucho. De momento vamos bien, pero me sigo acordando mucho de mi vecina Tere cada vez que recuerdo lo que le gustaban tus dulces. La que se mudó a la residencia, la pobre se murió por culpa de la Covid. No pudieron ni hacer el duelo. Fue terrible...” — Amparo se enjuga una lágrima.
- “Vamos mamá, ya pasó. No des el espectáculo” — le susurra su hija.
- “Perdona, hija. — y Amparo se dirige a Fermín: “Ponme media docena de cruasanes rellenos de chocolate. ¡Qué pinta tienen estas magdalenas! ¿Son caseras?”
- “Sí, doña Amparo, son como las que le gustan a usted, las que se chupan todo el café...”.
- “Mamá, ni se te ocurra comprar magdalenas que son pura grasa” — vuelve a susurrarle su hija.
- “Gracias, Fermín. Con los cruasanes es suficiente. ¿Cuánto te debo?”

## ESCENA 4

Amparo está sentada en un banco del parque. Al lado de los columpios, cuando ve aparecer a su hija y a los niños. Se pone de pie muy contenta.

- “Pero si cada vez que os veo estáis más grandes. Os he traído cruasanes rellenos de chocolate de los que hace Fermín”.
- “No te acerques mamá, que están con virus del cole, yo se los doy”. — Su hija le coge la bolsa y se acerca a los niños, que se lanzan a coger cruasanes.
- su hija le coge la bolsa y se acerca a los niños, que se lanzan a coger los cruasanes. — “Con cuidado, fieras que vais a acabar con todo enseguida”.
- El mayor coge uno y se lo mete a la boca “¡Qué ricos, Abu! gracias”.
- El más pequeño, no ha cogido ningún bollo. Amparo se da cuenta y se lo dice — “Es que tengo que enseñarte una cosa”, el niño le muestra una gran sonrisa y señala el hueco donde le falta un diente.
- “¡Ay mi niño! Si se te ha caído ya” — Amparo hace ademán de acercarse al niño, pero su hija la detiene.
- “Mamá, recuerda la distancia, vamos, siéntate en el banco”.

Sus nietos corren a los columpios. Amparo recuerda cuando sus hijos eran pequeños e iban a ese mismo parque. También iba su vecina, Tere, con sus niños. Desde que se conocieron, se cayeron bien y siempre estuvieron juntas. Se separaron antes de la pandemia, cuando Tere tuvo que ir a una residencia por sus problemas de salud. ¡Cuánto la echaba de menos! Amparo recuerda cuando su marido perdió el trabajo y esas tardes de parque. Tere llevaba cada día un bizcocho distinto, decía que estaba probando recetas, pero Amparo sabía que lo hacía para ayudarla y que ahorrará el gasto de la merienda. Era una buena mujer y amiga.



## ESCENA 5 |

Amparo recuerda mucho a su amiga Tere y añora su compañía. Eran amigas desde que se mudaron ambas a Madrid con sus maridos, cada una desde una punta de España. Cuando ingreso en la residencia Amparo iba a verla todas las semanas, hasta que llegó la pandemia. Entonces a veces podían hablar por teléfono, pero cuando Tere se contagió, sólo tenía noticias de ella si alguno de sus hijos la llamaban para informarla. Todavía recuerda cuando le dijeron que había muerto. Amparo siempre pensó que si ella la sobrevivía, la acompañaría hasta el último momento. Pero ocurrió cuando estaban confinados, no se podía salir de casa y tampoco se pudo celebrar un velatorio o acompañarla al cementerio. Ni siquiera llevarle unas flores. Sus hijos tardaron más de un mes en recibir las cenizas. En esos días, cuando veía la televisión y sacaban alguna imagen de los ataúdes acumulados en el Palacio de Hielo, Amparo pensaba que Tere podría estar en uno de ellos. Con lo friolera que era, allí solita... Amparo empezó a llorar.

— “Mamá, ¿qué te pasa, por qué lloras? Si hemos venido al parque para ver a los niños...”.

— “Perdona, hija. Es que me estaba acordando de cuando erais pequeños y veníamos aquí con Tere. Y lo triste que ha sido su muerte, no haber podido estar con ella...”.

— “Mamá, esto ya lo hemos hablado muchas veces. Ella estaba muy enferma y no pudo superar la COVID. Ya ha pasado tiempo y tienes que sobreponerte, las personas mayores sois frágiles, por eso debes tener mucho más cuidado” —le dijo su hija mientras le acariciaba la cabeza.

Su otra hija se sentó a su lado y le cogió la mano.

— “Mamá, escucha a mi hermana, no puedes dejarte llevar por la tristeza. Era muy mayor y estaba enferma. Tienes que ser fuerte, ya han pasado varios años” —mira a su hermana y le dice — “En la pastelería casi se pone a llorar también...”.

— “Lo siento, de verdad. Debo estar haciéndome vieja y me pongo más ñoña”. Amparo se suena la nariz e intenta sonreír, aunque nadie parezca darse cuenta de su esfuerzo.

## ESCENA 6

Desde que comenzó la pandemia COVID 19, Amparo ha tenido que realizar cambios en su vida y ha visto como algunas actividades se han reducido sin llegar a recuperarse del todo. Ha llegado a resignarse, pero en ocasiones le ha costado entender por qué durante la pandemia ella no podía tomar ciertas decisiones y disfrutar de esos pequeños momentos que para ella son tan importantes.

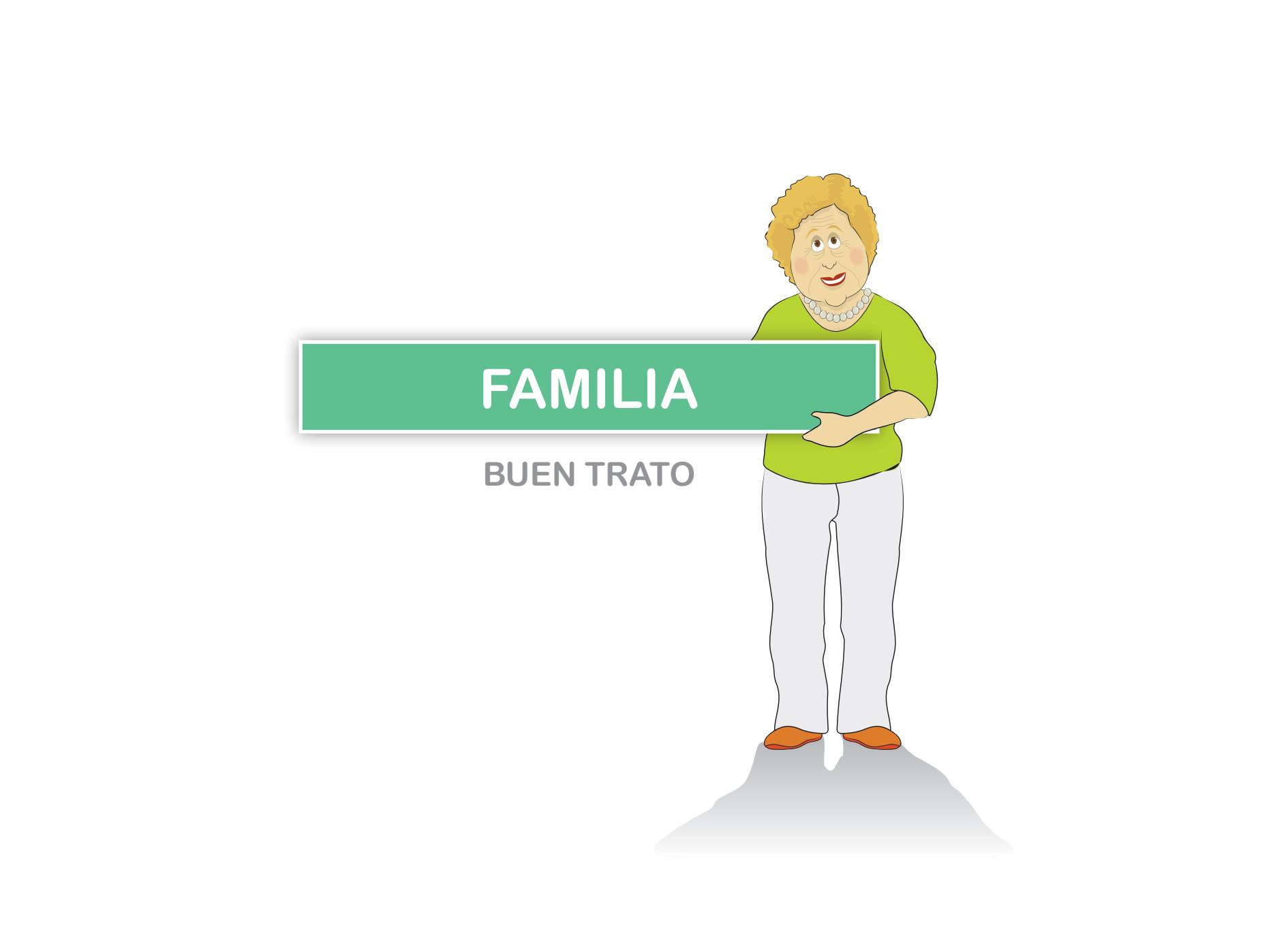
La mañana del sábado, Amparo sale al mercado que hay cerca de su casa y compra algunos productos frescos para poder hacer la comida del domingo de la que suele disfrutar con sus hijas y nietos.

Suena el teléfono en casa de Amparo. Es Mónica.

- “Hola mamá, buenas tardes ¿Cómo estás?”
- “Bien, aquí un poco aburrida. Ya no sé qué ver en la televisión, así que me voy a poner a preparar el guiso de arroz que haré para mañana comer todos juntos mañana”.
- “Mira mamá, justo por eso te llamaba porque no vamos a ir a verte. Tengo mucho trabajo, ya lo he hablado con mi hermana Belén y ella está igual”.
- “Pero ¿y si intentamos, aunque sea verno un ratito y merendar juntos? Llevo esperando este momento toda la semana”, dice con tristeza Amparo.

El sentimiento de soledad le invade de nuevo, sabe que no está sola, pero echa de menos esas comidas que para ella eran tan significativas y que le llenaban de vida, especialmente cuando veía a los mellizos.

- “No mamá, creo que en estos momentos no hay alternativa. Estamos hasta arriba de trabajo, incluso los fines de semana! Y, además los niños tienen las clases de patinaje esta tarde”.
- “Vale, un beso grande hija. Ojalá pronto pase toda esta locura y trabajes menos y nos veamos más”. Cuelga el teléfono y se queda mirando una foto que refleja todo el tiempo que pasaban juntos los domingos.



FAMILIA

BUEN TRATO

## FAMILIA – BUEN TRATO

### ESCENA 1

Amparo está sentada en la cocina tomándose su descafeinado con leche. Moja una magdalena que se empapa. Como decía su abuela, "una magdalena es buena cuando se te bebe todo el café", y esa magdalena le ha vaciado una buena parte. Sonríe al recordar a su abuela.

Tiene la radio encendida pero muy bajito, no sea que se despierte su hija y no pueda disfrutar de ese ratito a solas. En la radio vuelven a hablar del creciente problema de soledad que afecta a las personas mayores. Amparo recuerda cómo con el paso de los años se ha ido despidiendo de tantos seres queridos.

Aunque si mira hacia atrás, lo que más ha cambiado su vida ha sido el regreso a casa de su hija. Cuando terminó sus estudios, se fue a trabajar al extranjero. Sólo hablaban por teléfono o se veían en Navidad. Pero cuando apareció este virus se separó de su pareja y decidió volver a España. Iba a buscar una casa de alquiler, pero su hija propuso a Amparo que podía quedarse con ella un tiempo, así podrían pasar la pandemia acompañada. Había sido buena idea, se sentía menos sola y compartían los gastos de la casa.

— "¿Mamá? Ah estás aquí... ¿Por qué no me has despertado y hubiéramos desayunado juntas? No, no te levantes, ya me pongo yo el desayuno. ¡Me encantan los cereales con leche y fruta! — Coge el plato y se sienta al lado de Amparo — Te cambio una magdalena por unos cereales — le dice con una sonrisa — Tienes que probarlos, llevan pepitas de chocolate..."

— "Vale, pero recuerda que como decía mi abuela, tienes que dejar que la magdalena se beba parte de tu café" — Amparo sonríe.

— "Mamá, hoy iré a ver un apartamento. Está aquí cerca".

— "Te voy a echar de menos, hija".

— "Es verdad, mamá. Yo también te echaré de menos".

ESCENA 2

Amparo ha terminado de arreglarse, se mira en el espejo y decide pintarse los labios. ¿Qué importa si su apariencia no es la misma que a los 30 años?, ¡Ella se ve guapa! Oye la puerta cerrarse, su hija acaba de llegar.

— “¿Mamá...? Estoy hambrienta, llevo todo el día pensando en tus lentejas”. Su hija se acerca y le da un abrazo”.

— “¡Qué arreglada te has puesto para ponerme las lentejas!” — se ríe.

— “¡Qué boba eres! Anda, ven a la cocina que te sirvo la comida. Date prisa que me están esperando...”.

— “¿Te espera mi hermana? ¿Es que tienes que ir al médico? No recuerdo que estuviera apuntado en el calendario”.

Su hija se acerca al calendario que hay colgado en la puerta de la nevera donde registran las citas médicas de Amparo.

— “No, no tengo médico. He quedado con una amiga para acercarnos al centro de mayores, creo que van a retomar algunas actividades que se habían perdido con el dichoso virus. Quiero saber si van a volver a dar gimnasia y las visitas guiadas por Madrid. Son mis preferidas y si no te apuntas pronto, te quedas sin plaza”.

— “¡Qué bien mamá! Me alegra de que te animes a retomar tus actividades”.

— “Me ha costado decidirme, pero estando ya vacunados y respetando las medidas de protección, no creo que haya peligro”.

— “Además, no lo harían si no fuera seguro. Pero prométeme que cuando me mude a mi casa, quedaremos para vernos, no sea que, con tanta actividad, no tengas tiempo para vernos” —guiña un ojo a su madre.

— “venga, vete ya o no llegarás a tiempo. Yo me sirvo la comida y así no me regañas si como de más”.

— “Pero que boba eres, hija”.

— “Me ha llamado Mónica por si nos apetecía ir a la tarde al parque, va a llevar a los niños a los columpios”.

— “Pues si te parece, nos vemos en la pastelería de Fermín a las 6 de la tarde”.

— “Hasta luego, mamá. Diviértete”.



## ESCENA 3

Al día siguiente, Amparo está puntual en la puerta de la pastelería, cuando ve llegar a su hija.

- “Voy a comprar unos dulces a los niños”.
- “Mamá, ¿Quieres que los compre yo?”
- “Gracias, hija, pero quiero saludar a Fermín que hace mucho que no lo veo” —Amparo entra seguida por su hija.
- “¡Dichosos los ojos doña Amparo! Cuánto tiempo sin verla por aquí”.
- “Sí, es verdad, demasiado tiempo. ¿Estáis todos bien? ¿Qué tal tú esposa y los niños?”
- “Ahí vamos doña Amparo. De momento, todos bien. ¿Y ustedes?”
- “Me alegro mucho. De momento vamos bien, pero se murió mi querida vecina, Tere. ¿Te acuerdas de ella? Estaba en una residencia y se contagió. Sigo acordándome mucho de ella”. Amparo se enjuga una lágrima, su hija le pasa el brazo por el hombro, y la atrae hacia ella”.
- “Lo siento doña Amparo. Mis condolencias, sé lo mucho que se querían...”
- “Gracias, Fermín. Disculpa que me emociono enseguida. Ponme media docena de cruasanes rellenos de chocolate”.
- “No se preocupe, doña Amparo. Mire le voy a poner también unas magdalenas caseras, de las que le gustan a usted, de regalo”.
- “Mamá, a mí me tienes que dejar probar una, ¿eh?” —Amparo sonríe.

## ESCENA 4

Amparo recuerda mucho a su amiga Tere y añora su compañía. Eran amigas desde que se mudaron ambas a Madrid con sus maridos, cada una desde una punta de España. Cuando ingresó en la residencia Amparo iba a verla todas las semanas, hasta que llegó la pandemia. Entonces a veces podían hablar por teléfono, pero cuando Tere se contagió, sólo tenía noticias de ella si alguno de sus hijos la llamaban para informarla. Todavía recuerda cuando le dijeron que había muerto. Amparo siempre pensó que si ella la sobrevivía, la acompañaría hasta el último momento. Pero ocurrió cuando estaban confinados, no se podía salir de casa y tampoco se pudo celebrar un velatorio o acompañarla al cementerio. Ni siquiera enviar unas flores. Sus hijos tardaron más de un mes en recibir las cenizas. En esos días, cuando veía la televisión y sacaban alguna imagen de los ataúdes acumulados en el Palacio de Hielo, Amparo pensaba en Tere y en que podía estar en uno de ellos, siendo tan friolera y estando tan solita ... Amparo empezó a llorar,

- “Mamá, ¿Qué te pasa, por qué lloras?”
- “Perdonadme. Es que me estaba acordando de cuando erais pequeños y veníamos aquí con Tere. ¡Qué triste ha sido su muerte y no haber podido estar con ella...!”
- “Lo siento mamá. Ha debido ser muy doloroso perder a una gran amiga y en estas circunstancias, más a pesar del paso del tiempo sé que siempre la recordarás con cariño, aunque espero que con el tiempo sea menos doloroso” —su hija se sienta a su lado y le coge una mano.
- “Gracias, hija”.
- “Mamá, ¿quieres que llamemos a su hijo y le preguntamos dónde está enterrada? Podemos acercarnos una tarde y llevarle unas flores. Creo recordar que le gustaban mucho las margaritas ¿verdad?” —le dice su hija.
- “Más que las margaritas, lo que le gustaba era que le hicierais ramos de flores silvestres, le encantaba que los niños le regalasen flores. Algunos de esos ramos los secó entre las páginas de la enciclopedia que tenían ¿Te acuerdas?”
- “Es verdad, mamá. ¡Cuántas tardes estudiábamos juntos buscando en esos libros! Y es verdad que a veces se caían flores secas. No sabía que era ella quien las guardaba. Era una gran persona”.
- “Gracias, hija. Sí, lo era y os quería mucho”. Aunque Amparo está triste al recordar a su amiga, también se siente feliz por tener a su lado a sus hijos y que entiendan su dolor.

ESCENA 5

Amparo está sentada en un banco del parque. Al lado de los columpios, cuando ve aparecer a su hija Mónica y a los niños. Se pone de pie muy contenta.

- “Pero si cada vez que os veo estáis más grandes. Os he traído cruasanes rellenos de chocolate de los que hace Fermín”.
- “Mamá, mira lo que les he enseñado —le dice su Mónica a Amparo —Niños, como hemos ensayado, —¿Qué es lo primero que se dice?”
- “Hola abuela, te queremos mucho” —gritan los niños.
- “En casa siempre lo dicen y luego cuando están contigo se les olvida decirlo y cuando llegamos a casa siempre piden llamarte con la cámara del móvil para decírtelo” —dice Mónica acariciando la cabeza del mayor.
- “Pues a mí me encanta veros por el teléfono”-responde Amparo.
- “Pues a por la abuela”.

Los niños se acercan a la abuela, le dan un abrazo y cogen los cruasanes,

- “¡Qué ricos, Abu! Gracias”. —El más pequeño, no ha cogido ningún bollo. Amparo se da cuenta y se lo dice — “Es que tengo que enseñarte una cosa, pero me ha dicho mamá que me aleje un poco para hacerlo”
- Se retira un poco porque estoy resfriado, le muestra una gran sonrisa y señala el hueco donde le falta un diente.
- “¡Ay mi niño! Si se te ha caído ya. Dame un abrazo”.

Sus nietos corren a los columpios. Amparo recuerda cuando sus hijos eran pequeños e iban a ese mismo parque. También iba Tere, su vecina y amiga, con sus niños. Desde que se conocieron, se cayeron bien y siempre estuvieron juntas. Se separaron antes de la pandemia, cuando Tere tuvo que ir a una residencia por sus problemas de salud. ¡Cuánto la echaba de menos! Amparo recuerda cuando su marido perdió el trabajo y esas tardes de parque, Tere llevaba cada día un bizcocho distinto, decía que estaba probando recetas, pero Amparo sabía que lo hacía para ayudarla y que ahorrará el gasto de la merienda. Era una buena mujer y amiga.

## ESCENA 6

Desde que comenzó la pandemia COVID 19 Amparo ha tenido que realizar cambios en su vida y ha visto como algunas actividades se han reducido sin llegar a recuperarse del todo. Ha llegado a resignarse, pero en ocasiones le ha costado entender por qué durante la pandemia ella no podía tomar ciertas decisiones y disfrutar de esos pequeños momentos que para ella son tan importantes.

La mañana del sábado Amparo sale al mercado que hay cerca de su casa y compra algunos productos frescos para poder hacer la comida del domingo de la que suele disfrutar con sus hijas y nietos.

Suena el teléfono en casa de Amparo. Es Mónica.

- "Hola mamá, buenas tardes ¿Cómo estás?"
- "Bien, aquí un poco aburrida ya no sé qué ver en la televisión, así que me voy a poner a preparar el guiso de arroz que haré para mañana comer todos juntos mañana".
- "Mira, mamá justo por eso te llamaba porque lo he hablado también con mi hermana Belén y lamentándolo mucho, como tenemos mucho trabajo por hacer, aunque sea fin de semana y tenemos que acortar un poco la visita, pero podemos acercarnos con los niños cuando salgan del patinaje y tomar una la merienda en el parquecito que hay frente a tu piso". Amparo se siente feliz y le dice:
- "Entonces yo puedo llevar unos bocadillos de tortilla de las mías que tanto os gustan" —a lo que su hija responde:
- "Me parece muy bien, entonces nos vemos mañana". Amparo se siente feliz y alegre de poder juntarse con sus nietos.







# Familia



Amparo es una mujer longeva. Nació en un pueblo de Extremadura en el año 1935.

Fue a la escuela, aunque tuvo que dejarla pronto por tener que trabajar para ayudar a su madre a cuidar de sus otros cuatro hermanos.

En 1954, con 19 años conoció a Esteban, su marido con el que convivió 54 años, hasta que éste falleció de cáncer. Tuvieron 5 hijos y desde 1970 vivieron en Madrid.

De sus hijos, dos estudiaron carreras universitarias y los otros tres tienen trabajo, familia e hijos.

Tras el fallecimiento de Esteban, en 2012, Amparo sintió una gran soledad, pero siempre fue una mujer valiente y no se dejó sumir por la tristeza.

En 2017 sufrió la rotura de una cadera e ingresó en una residencia para su recuperación. Su estancia resultó muy buena, sentía que estaba activa y, además de tener gran parte del día ocupado con actividades (fisioterapia, psicología, animación, terapia ocupacional...), podía recibir visitas y tuvo oportunidad de conocer a un buen grupo de mayores con los que conversar.

## **Qué hubiera pasado si...**

*...Cuando terminó su recuperación, decidió volver a su casa, donde continúa hasta la actualidad.*