

Un “Tulipán” para abuelos felices

Por **Roberto Ramírez** Fotos **Miguel Galbán**

Cienfuegos. - **ESTA** es de las muchas ocasiones en que las apariencias no engañan: la imagen de limpieza, orden y profesionalidad que recibe al visitante deviene clara expresión del ambiente constatado después.

No hay magia, ni siquiera recursos materiales que impresionen, pero la casa de abuelos Tulipán constituye ejemplo de cuánto pueden aportar esas instituciones cuando la vocación de sus especialistas se erige en herramienta cotidiana.

La presencia de **JIT** se concretó a propuesta del subdirector provincial de deportes José Miguel Varela, conocedor de lo que significan los 954 círculos y grupos de exponentes de la tercera edad existentes en el territorio.

Ya en la instalación, enclavada en el Consejo Popular de igual nombre, la licenciada en rehabilitación social y ocupacional Verónica Benet tributó la explicación general: tiene capacidad para 25 personas atendidas por un equipo multidisciplinario del que forma parte el sector deportivo.

El objetivo es contribuir al bienestar de sus usuarios, y para ello son sometidos a chequeos constantes, incluidos los previos a las sesiones de ejercitación que les imparte la profesora de cultura física Misleivis Cuéllar.

«Son ejercicios que trabajan diferentes capacidades, y ellos los reciben con mucha motivación», precisa quien es considerada parte del “alma” del colectivo. «Mejoran su movilidad articular y su calidad de vida en general», añade.

Mientras, sus “alumnos” dan los toques finales a las partidas de dominó y otros juegos de mesa para trasladarse al área reservada al quehacer de la “profe” que les regala buenos momentos al ritmo de contagiosa dinámica.

«Debido a sus edades los tenemos con diversas patologías, entre ellos hipertensos y diabéticos, lo que implica la aplicación de pruebas que permiten dosificar las cargas y los tipos de ejercicios a realizar por cada cual», puntualiza Misleivis.

«Se realizan a inicios de curso y se actualizan periódicamente», enfatiza como parte de un diálogo en que destaca la importancia de las indicaciones metodológicas de que disponen para planificar las clases y sus contenidos.

Narra además que trabaja con tres grupos de este tipo, todos en el mismo consejo popular, y elogia la incorporación de los abuelos, «no sólo a este tipo de ejercicios, sino también a otras iniciativas como Vía Saludable, Cubaila, y eventos de composición gimnástica», por solo mencionar algunas otras.

«De manera general hemos mejorado, sobre todo porque hacemos un trabajo coordinado, incluso con promotores de otros proyectos que contribuyen a la movilización de estas personas, a la vez que aprendemos mutuamente», subraya.

«Es una labor que me exige movimiento, pero ya la he incorporado con gusto a mi rutina diaria por el impacto que deja en los abuelos», concluye.



En similares términos se expresa Mercedes Sarria, la profesora de recreación que no cesa de buscar alternativas para enriquecer sus intercambios con estos hombres y mujeres que disfrutan los atractivos de los numerosos juegos lúdicos coordinados por ella.

«Nos empeñamos en procurar la variedad

de los mismos, y podemos decir con humildad que son de gran aceptación, como sucede con el programa de animación, concebido con acciones adecuadas a sus características», sostiene.

«Me quedan dos años para retirarme, pero no pienso desvincularme de esta labor», adelanta la excorredora que integró la preselección

nacional de atletismo.

«En este círculo propiamente trabajo todos los viernes, porque también atiendo una escuela primaria y realizo otra labor comunitaria los fines de semana», puntualiza sobre otro frente donde los abuelos también tienen participación.

Como parte de todo ese trabajo hemos logrado incrementar las opciones a su disposición, aplicando un ritmo que los motive, a la vez que contribuya a mantenerles mentalmente activos, promover intercambios y afianzar su autoconfianza», asegura.

«Siempre me gustó desempeñarme con este segmento de la población porque resulta muy agradecido y es fácil apreciar cómo acogemos nuestra labor», agrega y asevera que recibe una inyección de vida cuando aprecia la felicidad que causa su llegada.

Resalta que organizan visitas a los abuelos enfermos o ausentes por otras razones, y en tal sentido pondera el protagonismo de Teresa García, quien a sus 79 años ejerce el liderazgo natural del grupo.

«Siempre me he sentido muy bien en el colectivo, y aunque no creo que haga algo especial busco contribuir a que todo salga lo mejor posible, ya que tenemos la suerte de contar con profes encantadoras, tanto que no queremos a otras», expone esta señora que escribe poemas con letra exquisita.

«Los ejercicios nos hacen mucha falta y todos agradecemos los esfuerzos que se realizan para garantizar la atención recibida. Tanto una como otra profesora nos hacen la vida más feliz», sentencia. ☑

