

ENVEJECER CON, DIGNIDAD: UN COMPROMISO DE TODA LA COMUNIDAD



En Rumiñahui viven 11.546 personas adultas mayores, quienes representan la memoria, la experiencia y una parte fundamental de la identidad de nuestro cantón. La mayoría reside en Sangolquí (73,9%), aunque también tienen una presencia importante en parroquias como San Pedro y Fajardo. Comprender sus realidades nos invita a reflexionar sobre cómo estamos construyendo una comunidad que reconoce, protege y valora el envejecimiento como una etapa plena de la vida.

Los datos muestran importantes desafíos, pero también oportunidades para fortalecer una cultura del cuidado. Entre 2019 y 2023 se redujo en un 28,8% el acceso a servicios gerontológicos y de atención para personas adultas mayores. Al mismo tiempo, muchas de ellas expresan necesidades relacionadas con la salud mental, la soledad, el acceso oportuno a servicios de salud y las dificultades para desenvolverse en una sociedad cada vez más digital.

Las experiencias recogidas en el cantón evidencian que el envejecimiento está profundamente vinculado a las trayectorias de vida. Muchas personas adultas mayores, especialmente mujeres de sectores rurales, no pudieron acceder a la educación debido a patrones culturales que limitaban sus oportunidades. Como relatan algunas de ellas: **"a mí no me pusieron en la escuela porque decían que las mujeres no es importante que sepan leer ni escribir"**. Hoy, muchas continúan manifestando el deseo de culminar procesos de alfabetización que les permitan fortalecer su autonomía y ejercer plenamente sus derechos.

Otro aspecto que emerge con fuerza es la transformación de las dinámicas familiares y comunitarias. Muchas personas adultas mayores expresan sentimientos de soledad asociados a la migración de familiares, el fallecimiento de sus parejas o la distancia generacional. Una frase compartida refleja esta realidad: "hijitos tengo bastantes, pero ellos también tienen hijos, tienen que trabajar, cuidarse a ellos mismos... ya nuestros hijos son desgranados como el maíz, quedamos solitos; cuando muere marido, quedamos mujer solita". Estas experiencias evidencian la importancia de fortalecer redes de apoyo familiares, comunitarias e institucionales.

Las personas adultas mayores también destacan los desafíos que enfrentan para acceder a servicios de salud, especialmente en sectores rurales donde las dificultades de movilidad y transporte limitan el acceso a atención especializada. A ello se suma la necesidad de una atención más humana, cercana y respetuosa, que reconozca sus particularidades y necesidades.





"Sensibilización para la prevención de la violencia"
Proyecto La Colmena: Rumiñahui le dice sí al buen trato, 2026.

Sin embargo, la reflexión sobre el envejecimiento en Rumiñahui también nos muestra importantes fortalezas. Muchas personas adultas mayores mantienen una estrecha relación con la naturaleza, el trabajo agrícola y los saberes ancestrales que han construido a lo largo de su vida. Como señala una de las personas participantes: **"que no hay nada como el campo"**. El cuidado de la tierra, los animales, las actividades de tejido, la radio, la televisión y el encuentro con otras personas constituyen espacios que fortalecen su bienestar físico y emocional.

Estas experiencias nos recuerdan que el envejecimiento activo y saludable no depende únicamente de servicios especializados, sino también de comunidades que valoren la participación, la experiencia y los conocimientos de las personas adultas mayores. Escuchar sus historias, reconocer sus aportes y promover su participación en espacios comunitarios contribuye a combatir el aislamiento y fortalecer el tejido social.



"Sensibilización para la prevención de la violencia"
Proyecto La Colmena: Rumiñahui le dice sí al buen trato, 2026.

La corresponsabilidad en el cuidado de las personas adultas mayores va más allá de las instituciones. Involucra a familias, vecinos, organizaciones sociales, establecimientos de salud, transporte público, comercios y a toda la ciudadanía. Construir un cantón amigable con las personas adultas mayores significa garantizar un trato digno, respetar su autonomía, prevenir cualquier forma de violencia y promover su inclusión en la vida comunitaria.



"Cierre del Proyecto La Colmena: Tejiendo Derechos"
Rumiñahui le dice sí al buen trato, 2024.

Pequeñas acciones cotidianas pueden generar grandes cambios: visitar a una persona adulta mayor que vive sola, acompañarla a una cita médica, ayudarle con trámites digitales, escuchar sus experiencias, respetar sus decisiones, promover espacios intergeneracionales o brindar apoyo en actividades diarias cuando lo requiera. Estas acciones fortalecen redes de cuidado que previenen el abandono, la exclusión y la violencia.

Reflexionar sobre los derechos de las personas adultas mayores es también una oportunidad para reconocer que el envejecimiento forma parte del ciclo de vida de todas las personas. Construir un Rumiñahui más inclusivo implica valorar a quienes han contribuido al desarrollo del cantón y garantizar que puedan vivir esta etapa con dignidad, participación, cuidado y respeto. Una comunidad que cuida a sus personas adultas mayores es una comunidad que fortalece su presente y construye un mejor futuro para todas y todos.