

EN DIRECTO UN MODELO DIFERENTE PARA VIVIR TRAS LA JUBILACIÓN

# Penarrubia, el paraíso de los mayores

*Media docena de jubilados conviven en una vivienda que, lejos de ser una residencia, es un hogar común*

LORENA GARCÍA CALVO TEXTO  
ALBERTO LÓPEZ FOTOS  
LUGO / LA VOZ

Luz y calidez. Ese es el fognazo sensorial que uno recibe nada más cruzar las puertas acristaladas de la Casa de Maiores de Penarrubia. El que se espere una residencia de ancianos al uso u olor a hospital, no los encontrará. Bajo la preciosa estructura de madera de la vivienda se esconde un hogar de mayores. Una casa en la que los usuarios conviven con la ayuda de Mercedes, Ángeles y Eva Núñez, tres hermanas que allá por el 2014 parieron la idea de crear una casa muy distanciada de los clichés que generalmente acompañan a los geriátricos. Tanto en la parte teórica como en la práctica.

Nada en la Casa de Maiores de Penarrubia recuerda a una residencia. Solo las edades de los usuarios, que oscila entre los 75 del más joven y los 96 de la mayor, una mujer pizpireta y activa de sonrisa fácil. Para empezar, la casa se distingue por el entorno. Una finca de más de 6.500 metros cuadrados en una aldea de Lugo, cerca del monte, fue el lugar en el que levantaron pieza a pieza un edificio de madera que recuerda a una casa y que tiene cuidado hasta el más mínimo detalle. La orientación de las camas, las ventanas más bajas para que los usuarios puedan ver el exterior si están acostados, las plantas que se amontonan frondosas junto a la cristallera de la entrada. La decoración. Los percheros de pared de los que cuelgan abrigos y gabanes. Incluso el llamador de madera con forma de pájaro carpintero que sirve de timbre.

En Penarrubia no hubo lugar para la improvisación. El entorno abriga la tranquilidad y en la finca hay zonas para huertos por si algún usuario se quiere animar, aunque hasta la fecha solo uno se apuntó, aunque a dar indicaciones, nada de coger el sachó. La luz, que de algún modo sirve de hilo conductor a lo largo del edificio, es a la vez una perfecta metáfora: la vejez, tan denostada en los tiempos modernos, no tiene por que ser lúgubre. Porque esa es la bandera que preside todo el proyecto.

«A velez non é unha enfermidade, é unha etapa da vida. Hoxe hai ese concepto na rúa, identi-



Las hermanas Núñez Pérez, Mercedes, Ángeles y Eva, iniciaron el proyecto en el 2014 y abrieron la casa de mayores en el 2028.



El edificio, en madera, tiene 400 metros cuadrados construidos y cuenta con seis habitaciones dobles.

ficase vello con enfermo, e encima facemos xeriátricos que parecen máis hospitais ca sitios para maiores. Hai que quitar esa idea da cabeza, a velez é unha etapa maravillosa da vida, só que eles mesmos perderon ese poder e xa non a ven así. Viven nunha sociedade que os retirou. Hai que empezar a pensar iso de novo», reclaman.

## Así transcurre el día a día

La casa de mayores de Penarrubia tiene capacidad para doce usuarios en habitaciones compartidas de dos personas y perfectamente equipadas por si sobrevienen problemas de dependencia aguda. En la actualidad está al 50 % de su capacidad —han decidido, por coherencia con el proyecto, no aceptar estancias temporales— y todos los mayores tienen algo en común: están allí voluntariamente. Antes de entrar a vivir los familiares, que generalmente son los que buscan la casa, y los usuarios visitan el lugar y conocen su funciona-

miento. Se quedan solo si están convencidos y teniendo en cuenta que lo que intentarán es que su vida siga manteniendo sus hábitos y ritmos, pero de una forma compartida.

La historia de una jornada cualquiera en la casa de arranca sobre las siete de la mañana, cuando los más madrugadores se ponen en marcha. Hay quien prefiere aprovechar más la cama y no se levanta hasta las 10. En todo caso, a las 10.30 se baja el telón de los desayunos, por lo que esa es la hora límite para comenzar el día.

Entre duchas, aseos, la lectura del periódico y algún tentempié transcurre la mañana. Las puertas de la vivienda están siempre abiertas, por lo que las visitas son bien recibidas y los propios usuarios pueden irse a dar un paseo por los alrededores, desplazarse hasta Lugo a hacer recados o pasar el rato. Lo que gusten. Solo tienen que firmar en el libro de registro de la entrada. Ellos son plenamente libres para se-

guir haciendo su vida.

Tanto la comida como la cena son momentos de compartir mesa. Un cocinero especializado en gerontología se encarga de diseñar y realizar los menús, adaptados a cada necesidad. Y por la tarde hay quien aprovecha para echar una cabezadita, ver la televisión, leer, jugar a las cartas, echar un parchís o charlar, una medicina *antisoledad*.

Con el paso de los meses, las hermanas Núñez han llegado a conocer a sus usuarios —«dos que aprendemos todos os días»— y ya saben qué clase de actividades les gustan y cuáles les aburren. Ellas tienen claro que la mítica frase de que los viejos son dos veces niños no se corresponde con la realidad. «Non forzamos a ningún a participar nos talleres nin somos partidarias de, por exemplo, disfrazarnos todos no entroido. Cada un ten que facer as cousas que lle gustan, coma cando vivía na súa casa». En un nuevo hogar compartido.

## «Tentamos devolverles a sensación de vivir nunha familia»

La soledad se ha convertido en una de las epidemias del siglo XXI. Tanto, que en Gran Bretaña llegó a constituirse un ministerio para combatirla. En Penarrubia no tienen gabinetes, pero sí zonas comunes. Cuando el arquitecto José Ángel Carreira y las hermanas Núñez diseñaron el edificio coincidieron en la necesidad de habilitar zonas abiertas en las que los usuarios conviviesen.

Así, el comedor, el salón y la zona de juegos están integrados en un gran espacio presidido y distribuido por una chimenea. «Cando se chega a estas idades case todos os maiores teñen soledade. Váiselles a parella, vánselles os amigos e familiares... Dalgún xeito tentamos devolverlles a sensación de convivir cunha familia», explican.

Desterrar la sensación de soledad y conseguir que ellos mismos vean la vejez como una etapa más, que puede disfrutarse como cualquier otra, se ha convertido en dos de los caballos de batalla de Mercedes, Ángeles y Eva. Eso, y que los residentes estén perfectamente cuidados. Cuando la casa esté al máximo de su capacidad, es decir, doce usuarios, habrá cinco personas a turnos para cuidarlos y un cocinero. Una segunda familia en la que apoyarse y con la que disfrutar de la vejez.