



# Lida Gjurinovic a sus 90 años: “No hay nada más lindo que la vida, hay que vivir a concho”

La presidenta de la Unión Comunal del Clubes de Adultos Mayores de la provincia de Biobío invitó a mantenerse positivos y activos para evitar las pérdidas de habilidades cognitivas y una mala calidad de vida.

María Paz Rivera  
prensa@latribuna.cl

**E**l Día Internacional de las Personas Mayores, que se celebra cada 1 de octubre, tiene como propósito fundamental incrementar el conocimiento global y hacer conciencia sobre la Declaración Universal de los Derechos Humanos en relación a este grupo etario.

Además, según la Organización de las Naciones Unidas (ONU), la intención es generar compromisos entre todas las partes interesadas para potenciar la protección de los derechos humanos de las generaciones actuales y futuras de personas mayores en todo el mundo. En otras palabras, reflexionar sobre la importancia de garantizar que las personas mayores vivan con dignidad, respeto y plenitud de derechos.

## EMPATÍA Y AMOR

En ese marco, se destaca la importante labor social que realiza la señora Lida Gjurinovic durante estos años, quien forma parte de distintos grupos y organizaciones sociales que trabajan

con las personas mayores y sus necesidades, a fin de mejorar su calidad de vida, su camino a la vejez y aminorar de cierta forma los desafíos que enfrentan, como la soledad no deseada o la necesidad de servicios de atención y cuidado.

Nacida y criada en la ciudad de Los Ángeles, a sus 90 años preside la Unión comunal de Club de Adultos Mayores de la provincia de Biobío, además de desempeñarse como tesorera de la regional que incluye a Arauco, Concepción y Los Ángeles.

Con una larga trayectoria, ella cuenta que desde joven tuvo el deseo y pensamiento de ayudar al prójimo, siempre le inquietó el futuro de las personas mayores y su cuidado. Desde muy joven cuidó la vejez de su abuelo, padre, y posteriormente su gegra que murió a los 100 años.

“Siempre estaba pendiente de un adulto mayor, de niña fui mirando y queriendo cada día más al Adulto Mayor, pues no podía ver gente mal, siempre tenía que dar, como dice Dios; hasta que duela. A mí me encantaba trabajar con ellos, me siento activa como una mujer de 20 o 30 años porque mi cerebro gracias a Dios funciona bien”, comentó Lida Gjurinovic con emoción.



LIDA GJURINOVIC se mantiene pendiente de las necesidades de las personas mayores de las 14 comunas con reparto de pañales, actividades recreativas y otros.

## TRABAJO SOCIAL

A lo largo de los años, Lida se ha desempeñado en distintas organizaciones de la comuna, fue presidenta de todos los cursos de sus seis hijos, lideró el Club de San Francisco de Asís y a los 60 pasó a encabezar la Unión Comunal de club Adulto Mayores, donde se desempeña hasta hoy.

También está a cargo de un club Armonía y Amistad que cuenta con la participación 36 socios que se reúnen a conversar sobre cómo tiene que ser una persona mayor, además de realizar viajes, entre otras actividades, que les permite salir y no quedarse encerrados en sus casas.

## ACTIVIDAD Y BIENESTAR

“Siempre le digo a todos mis adultos mayores que salgan, que disfruten el resto de vida que queda, porque nadie sabe cuándo llega la partida. Así que los invito a que salgan, den una vuelta a la manzana y vuelvan como nuevos a sus casas, a que no se estresen ni tomen las enfermedades de nadie, y que piensen en su persona y bienestar”.

Vivir los últimos años de un ser humano en dignas condiciones, siempre ha sido una preocupación para las personas, llegar

a una vejez saludable, activa y en movimiento permite que las personas disfruten la etapa de descanso con la familia, hobbies y desarrollando actividades que les hagan felices.

Ante la pregunta de cómo se llega a los 90 años con una mente sana, activa y físicamente energética, Lida sostuvo que lo más importante es no dejar de trabajar, moverse, de mantener una vida social dinámica. “No se quede en su casa porque eso va matando las neuronas, esa vida monótona que no tiene valor ninguno. El trabajo hace que uno duerma pensando en el día de mañana. Se acuesta relajadamente con más ansia de seguir viviendo esta vida que tenemos, porque no hay nada más lindo que la vida, y la vida se vive en una sola vez, y hay que vivirla a concho”, comentó.

En relación a sus funciones en la Unión comunal de Club de Adultos Mayores de la provincia de Biobío, puso especial acento que se en atender las necesidades de las personas mayores, como el reparto de pañales, actividades recreativas y otras.

“Hacemos proyectos para apoyar a todos los adultos mayores postrados, como por ejemplo, en procedimientos de podología para cortarles las uñas, antes que lleguen y les corten sus extremidades, y el reparto de los pañales a las 14 comunas,

todo eso lo pedimos nosotros en proyectos al gobierno”, explicó.

En relación a los proyectos a futuro, Lida mencionó que se están solicitando capacitaciones de salud para quienes trabajan en la organización, de modo que en las visitas o actividades entreguen una mejor atención o comprensión a la salud de las personas mayores.

“Buscamos personas que realmente nos apoyen y nos den una enseñanza a lo que no sabemos a estas alturas de los adultos mayores, muchos sabemos, pero en la enfermedad es muy poca”.

## PARA LLEGAR A LOS 90 AÑOS

Lida Gjurinovic también aprovechó de contar su secreto para llegar a los 90 años con trabajo y una agenda llena de actividades, poniendo énfasis en amar la vida, vivir el presente, ser positivo y activo, no quedarse en casa y siempre pensar en qué haré mañana.

“Gracias a Dios conozco Chile completo, he pasado todo lo que he podido, y me he dado la dicha de viajar con mi familia, así que por eso siempre estoy pendiente y activa a todo lo que haré mañana. Uno no se puede quedar sentado porque se va la vida, ese es el motivo que me ha dado a mí la fuerza de seguir viviendo”.



EL SECRETO ES AMAR la vida, vivir el presente, ser positivo y activo.