

## Los abuelos ayer, hoy y mañana



En este mes se celebra el **Día de los Abuelos** y quiero hacer un merecido homenaje a esos hombres y mujeres que tanto nos dieron y ahora nos dan y que, en estos tiempos tan difícil nos demuestran más si cabe su importancia como eslabones emocionales a nivel familiar.

Los abuelos son el **nexo con nuestras raíces y los transmisores de valores** fundamentales más allá de la temporalidad. Además ser abuelo tiene un efecto transformador en las relaciones familiares.

Los que hasta ese momento habían sido sólo padres, y ahora son abuelos, ven como sus hijos lo son ahora. Es entonces cuando los hijos, en ocasiones, empiezan a comprender muchas cosas que hicieron sus padres y esto fortalece y **renueva el vínculo entre ellos.**

Hasta ahora, algunos hemos tenido la suerte (por lo menos mientras éramos pequeños) de conocer a nuestros abuelos y bisabuelos, pero la pirámide poblacional está cambiando y con ello el número de generaciones que comparten época. Hay algo que permanece inmutable:

# **“Los abuelos siguen siendo un referente en el que mirarse y aprender de diversas facetas de la vida”**

Por ello, conocer nuestras **raíces y cuidar el apego** es una de las claves para el desarrollo personal.

Además, el rol de los abuelos ha ido evolucionando a lo largo de los tiempos jugando un papel cada vez más importante en las familias.

Pero, a raíz de este nuevo paradigma este papel se ha visto en cierta manera truncado, ya que por su edad han sido las **principales víctimas de este virus y los grandes afectados por el COVID-19** que les ha obligado a que su confinamiento sea más severo si cabe.

**Sin poder tener acceso a sus familiares, separados de sus hijos y nietos, han vivido la soledad y el paso del tiempo que sin haberlo podido compartir.**

Para sobrellevar la distancia física muchos han adquirido soltura en plataformas digitales más que nunca. Y aunque la empatía de forma digital puede desarrollarse a nivel profesional, a nivel familiar es difícil que la distancia que se genera en una llamada o una vídeo-llamada pueda suplir el contacto directo y físico. Por lo que el confinamiento ha provocado un gran **vacío emocional** en muchos casos de **abuelos**.

Por ello, debemos de ser conscientes de que en estos tiempos **los abuelos están sufriendo más que nunca**, debatiéndose entre el virus y la incertidumbre de pensar si podrán volver a abrazar y tener cerca a su familia mientras que no haya una vacuna.

Por ello, es el momento de que **los abuelos** nos sientan más cerca que nunca, de ser especialmente generosos con ellos, de hacerles sentirse **queridos, y transmitirles tranquilidad y esperanza**, para devolverles así un poquito de todo lo que nos han dado buscando formas creativas y originales para hacerlo.

Sophya. ARMONIA FAMILIAR

---

"Hoy más que nunca no tienen que sentirse solos sino  
**ACOMPañADOS**, no cuidarnos sino sentirse cuidados, no  
pedirles sino darles lo que necesiten aunque no nos lo  
digan.

---

SARA MOLINA

---

[WWW.SOPHYA.ES](http://WWW.SOPHYA.ES)

**Feliz Día de los Abuelos os queremos.**