

La Nación / Vivir

Margarita y Otilia Aguilar

‘No hay secreto para vivir tanto’

[POR Irene Rodríguez S.](#) / irodriguez@nacion.com - Actualizado el 27 de enero de 2014 a: 12:00 a.m.

Doña Margarita Aguilar, de 103 años, salió de su casa en Nicoya centro con ilusión porque visitaría a su hermana Otilia, de 100 años, en Mansión de Nicoya.

La acompañó su hija, quien dice que su madre todavía come de todo y, aunque tiene la vista cansada y ya no escucha muy bien, sigue teniendo una vitalidad envidiable.

No son las únicas en su familia, pues su otra hermana, la menor, acaba de cumplir 98 años.

Margarita y Otilia se asemejan en lo vanidosas que son: para su cita se vistieron con vestidos coloridos, aretes y el pelo arreglado.

La primera sale más que la segunda y disfruta de las corridas de toros, por lo que espera las fiestas de Nicoya para ir al famoso “tablado” y ver el espectáculo.

Ellas afirman que no existe un solo secreto para llegar a su edad, pero que, el sentirse satisfechas con la vida y no enojarse es parte de su estrategia particular, por lo que no saben si llegarán (o si quieren llegar) a cumplir 105 o 110 años.

La Nación conversó con ellas. Aunque casi no escuchan y tienen un deterioro cognitivo propio de su edad, sus consejos son valiosos para personas de todas las edades.

Este es un extracto de la conversación con estas hermanas centenarias.

¿Hay un secreto para llegar a esta edad con esa fuerza?

(Margarita) ¿Secreto? Yo creo que no hay, ¿será no enojarme? (ríe).

(Otilia) ”No sé... ¿será que lo cuiden mucho a uno? Uno de chiquillo tiene a los papás, después al esposo y luego las hijas lo cuidan a uno. Es importante que lo cuiden a uno”.

Ustedes son hermanas y lograron superar los 100 años, y tienen otra hermana que pronto lo logrará, ¿será cuestión de familia?

(Margarita) No sé, eso solo Dios lo sabe.

¿Otra gente de su familia ha logrado llegar a estas edades?

(Otilia) Me han dicho que sí, yo no los conocí.

¿Qué se come para llegar a esta edad? ¿Qué comían ustedes?

(Margarita) No sé, yo como lo que me ponen.

(Otilia) ”Ya no me acuerdo de lo que comía antes, pero ahora como de todo”.

¿Qué consejo les darían a los jóvenes que quieren llegar a la edad de ustedes o a quienes quieren vivir una vida con salud?

(Otilia) Que se porten bien , si uno se porta mal se enferma.

(Margarita) "No sé, ya muchas cosas se me han olvidado, pero yo como arroz y frijoles".

¿Les gustaría llegar a los 105 o 110 años?

(Margarita) Dios sabrá.

(Otilia) "No sé, no he pensado en eso".