



Rosa Alpina celebra hoy sus 102 años con un almuercito.
MELISSA FERNÁNDEZ

Doña Cecilia mantiene una actitud positiva ante la vida.
MELISSA FERNÁNDEZ

Juana Solórzano se la juega solita con la andadera.
MELISSA FERNÁNDEZ

DOÑA ROSA SOPLA HOY LAS 102 VELITAS Y SU VECINA CECILIA LO HARÁ EN ENERO

KAREN FERNÁNDEZ
karenfernandez@leteja.co.cr

En el barrio San Lázaro, 15 kilómetros al norte de Nicoya, parecen conocer el secreto para vivir muchos años, tantos como una teja y más...

Justo hoy está de manteles largos doña Rosa Alpina Aiza Carrillo, quien celebra 102 años de vida y le siguen muy de cerquita las hermanas Cecilia y Juana Solórzano, de 101 y 98 años, respectivamente.

Rosa duradera. Doña Rosa Alpina es maestra de profesión y fue dos veces diputada: durante el gobierno de Mario Echandi (1958-1962) y el de José Figueres Ferrer del 70 al 74.

La fuimos a visitar y la encontramos sentada en una mecedora en el corredor de la casa heredada de sus padres, Elías e Isaura.

Con frecuencia se entretiene rezando novenas o leyendo la vida de algún personaje religioso y siempre está al tanto de tener bien atendidas a las visitas. Le encanta hacerlo.

"Démeme un fresquito a las muchachas", ordenó doña Rosa apenas llegamos.

"A mí me gustaba irme a bailar a las fiestas de Santa Cruz y de Nicoya", recordó.

"Hasta hace poco, cuando hacíamos las fiestas familiares, se pegaba sus bailadas con los

sobrinos", añadió su hermana Odalisca, la cumiche, de 88 años, y con quien vive Rosita actualmente.

Hace un año todavía hacía las labores de la casa, pero dos caídas le jugaron una mala pasada y ahora debe usar andadera. No queda más.

Cantante. Majándole los talones está doña Cecilia Solórzano, quien el próximo 5 de enero cumplirá 102 años.

Esta ama de casa y madre de 11 hijos -nueve de ellos con vida- sufrió un derrame cerebral en setiembre del 2012.

"Reaccionó favorablemente en menos de 24 horas y no tuvo casi secuelas", contó su hija María Cecilia. Incluso, sigue haciendo lo que más le gusta: cantar. Ya dice el refrán: quien canta, sus males espanta.

"Todas las mañanas a las 10, le damos un batido de manzana, pera, banano, fresas, naranja y uvas en agua y de almuerzo una sustancia de pollo criollo con

verduras y eso la tiene muy entera", agregó su hija.

La menorcita. La más carajilla de las tres es doña Juana, quien tiene 98 años y es la que más se la tiene que jugar solita.

Ella vive con su ahijado Donaldito Gutiérrez, de 68 años, quien le prepara la comida y le calienta el agua para que se bañe. Pero es su sobrina Aymara, la que le ayuda a recoger la pensión y le compra el diario cada mes.

También es la que ha estado al tanto de buscarle ayuda en la Municipalidad para reparar las paredes de la casita que se rajaron con el terremoto del 5 de setiembre del año pasado.

Estas valientes mujeres oyen poco, por lo que hay que hablarles del oído, pero aparte de ese problema, gozan de muy buena salud para su edad.

Males como la presión alta y la diabetes, tan comunes en San José y otras ciudades, también se asoman tímidamente en San

Lázaro.

A doña Juana se le sube un poco la presión y doña Rosa tiene algo de azúcar.

Zonas azules. La naturaleza que las rodea, las fincas llenas de gallinas, gansos y chanchos les permite a estas mujeres vivir alejadas del estrés.

Además, la buena alimentación basada en arroz, frijoles, maíz y verduras son algunos de los secretos que convierten a San Lorenzo y al resto de Nicoya, en una de las cinco zonas azules del mundo (lugares donde la gente vive más de lo normal y con toda la pata).

Las otras cuatro zonas azules están en Loma Linda, California; Cerdeña, Italia; Nueva Escocia, Canadá y Okinawa, en Japón.

En San Lázaro cada vecino tiene su casita al menos a 50 metros de distancia uno del otro, pero todo el mundo se conoce.

Se cree que la vida alegre, el trabajo y la buena alimentación

EN SAN LÁZARO PASAN DE LA TEJA

CREO QUE...



ODALISCA AIZA
HERMANA ROSA

"Ella siempre ha sido una persona muy activa y amante de la política. Con la caída la cuidamos más".



MARÍA SOLÓRZANO
HIJA DE CECILIA

MELISSA FERNÁNDEZ PARA LT

"Mamá camina y se baña sola pero después del derrame no se concentra como antes, es más dispersa".

son las claves de la larga vida de estas señoras y la mayoría de los pobladores de toda Nicoya.