

Personas mayores

Cada 1 de octubre se celebra el Día Internacional de las Personas Mayores, fecha que invita a reflexionar sobre los derechos y la dignidad de aquellos que, tras años de contribuciones sociales y laborales, enfrentan los desafíos de la vejez. Proclamada por la ONU, esta efeméride busca fortalecer la conciencia global sobre la necesidad de proteger los derechos de las personas mayores, promoviendo que vivan sus últimos años con dignidad, respeto y plenitud.

Para Chile, esta celebración tiene un significado especial, pues el país ha experimentado un importante envejecimiento en las últimas décadas. Las estadísticas reflejan un cambio demográfico acelerado: hoy en día, más del 19% de la población chilena tiene más de 60 años, y se espera que este porcentaje siga en aumento. Los datos en la provincia de Biobío van exactamente en el mismo tenor.

En este contexto, garantizar una vida plena y activa a los adultos mayores no es solo una necesidad, sino también un desafío de primera línea para las políticas públicas.

Una de las figuras que encarna este compromiso en la zona es Lida Gjurinovic, una mujer de 90 años que ha dedicado gran parte de su vida a trabajar para mejorar las condiciones de las personas mayores. En su rol como presidenta de la Unión Comunal de Clubes de Adultos Mayores de la provincia del Biobío, ella ha promovido actividades y proyectos que buscan aliviar

problemáticas comunes en la vejez, como la soledad no deseada o la falta de servicios de cuidado.

La experiencia de Lida Gjurinovic nos recuerda que el envejecimiento no tiene por qué ser sinónimo de pasividad o decadencia. Al contrario, la actividad física, mental y social se revela como un componente esencial para una vejez saludable. Las personas mayores, como destaca Lida, no deben “quedarse en casa”, ya que la inactividad puede acelerar el deterioro físico y mental. Vivir con propósito, mantenerse activos y disfrutar del día a día se transforman en claves para una vida longeva y plena.

Nuestro país enfrenta el reto de asegurar que esta creciente población mayor acceda a servicios adecuados de salud, cuidado y recreación. Es imprescindible que las políticas públicas apunten a crear entornos inclusivos y accesibles, donde los adultos mayores puedan continuar siendo miembros activos de la sociedad. Los esfuerzos individuales, como los de Lida, son inspiradores, pero también debemos reconocer la responsabilidad colectiva de construir una sociedad que valore y respete a sus mayores.

En este Día Internacional de las Personas Mayores, el llamado es a reflexionar sobre cómo estamos abordando el envejecimiento en Chile. La realidad nos exige actuar con urgencia para garantizar que las generaciones actuales y futuras vivan su vejez con la dignidad y el respeto que merecen.