

**55%** DE LAS PERSONAS MAYORES EN CHILE TIENE UN ALTO RIESGO DE AISLAMIENTO SOCIAL, SEGÚN LA ENCUESTA DE CALIDAD DE VIDA DE LA VEJEZ 2022.



# Ministerio de la Soledad: cómo Japón e Inglaterra se hicieron cargo de los efectos del cambio demográfico

trayectorias de vida y, por ende, cuando uno quiere hablar de vejez es importante hacerlo desde lo antes posible, para entender que las decisiones que nosotros vamos tomando van a repercutir y afectar en nuestro futuro”, afirmó a **DF** el director ejecutivo de SeniorLab UC, Carlos Román.

Japón había bajado la cantidad de suicidios en 2019, desde poco más de 20 mil a cerca de 19 mil casos, tras las medidas implementadas en años anteriores, como la reducción de las horas de trabajo y la mejora la prevención en los establecimientos escolares.

Pero, producto de la pandemia, los números volvieron a subir. La situación generó preocupación en el Gobierno, que decidió crear un Ministerio de la Soledad en febrero de 2021, con el fin de prevenir el aislamiento. La entidad ha impulsado la creación de comunidades para fomentar la interacción social y mejorar la calidad de vida con espacios más verdes. Además, tiene líneas activas y directas de ayuda para las personas que estén siendo afectadas por la soledad.

## Reino Unido fue pionero

Japón no está solo en esta lucha: el Reino Unido fue el primer país en considerar este problema como un asunto de Estado y creó un Ministerio de la Soledad en 2018. Se estima que en Inglaterra, de las personas de 75 años, la mitad viven totalmente solos.

“El problema de la soledad es diferente de una persona a otra. Significa aislamiento social y puede agravarse por problemas de movilidad o de edad”, aseguró la actual secretaria de Estado para la soledad, Tracey Crouch.

Otra problemática que enfrenta el país es que hay una gran cantidad de personas mayores que viven en la pobreza, lo que las obliga a trabajar a tiempo completo para complementar sus ingresos.

De hecho, los adultos de entre 60 a 64 años son los que tienen las tasas de pobreza más altas del país, según datos del Centro para un Mejor Envejecimiento del Reino Unido.



**E**l aumento de la expectativa de vida, junto a una caída de la tasa de natalidad, está generando un cambio demográfico: los países están envejeciendo. La Organización Mundial de la Salud (OMS), prevé que para 2030 una de cada seis personas en el mundo tendrá 60 años o más.

Uno de los fenómenos que acompañan al envejecimiento, y del cual no se habla tan a menudo, es la soledad, que se vio agravada durante la pandemia del Covid-19. Esto porque el confinamiento y el teletrabajo redujeron el contacto físico y la presencialidad.

Uno de los efectos que puede provocar la sensación de soledad es el suicidio. Al respecto, la OMS calcula que se produjeron más de 720 mil suicidios el año pasado en todo el mundo. En comparación con años anteriores, la cifra está levemente por debajo de los 800 mil anuales que se calcularon para 2022, pero no deja de ser la segunda causa de defunción en personas de entre 15 y 29 años, después de los accidentes de tránsito.

En el caso de las personas mayores, se calcula que el 32% de las muertes

El país asiático tiene la sexta mayor tasa de suicidios de la OCDE, mientras que en el Reino Unido el segmento entre 60 y 64 años tiene el nivel más alto de pobreza.

POR HELENA DÍAZ

por suicidios son de individuos de 65 años o más.

Uno de los países que se ha visto golpeado por el cambio demográfico es Japón. Economía que cuenta con unos 125 millones de habitantes, de los cuales más de 36 millones tiene más 65 años o más y 58 mil superan los 100 años.

Japón es el sexto país con mayor tasa de suicidios de la OCDE. Y aun cuando el fenómeno no es atribuible solo a las personas mayores, las complicaciones de la edad y la soledad son factores que pueden aumentar la predisposición a tomar este tipo de decisiones.

“La vejez acentúa nuestras propias

## ¿Qué pasa en Chile?

En la última edición de la encuesta de Calidad de Vida de la Vejez 2022, un 42% de quienes respondieron dijeron que se sienten solos, cifra que aumenta a un 60% en quienes viven solos.

Además, el estudio mostró que el 55% de las personas mayores en Chile tiene un alto riesgo de aislamiento social. Esto se produce por diversos factores, pero el edadismo y la brecha digital profundizan el problema.

“En Chile todavía las personas mayores tienen dificultades en algunos espacios para sentir mayor autonomía, en el mundo digital sobre todo por los avances tan rápidos y en aspectos sociales y comunitarios”, contó Román. La tasa de natalidad en Chile es de 11,7 nacimientos por cada 1.000 habitantes, según los datos más recientes del Instituto Nacional de Estadísticas (INE), actualizados a 2022. Esto se ubica bastante por debajo de la tasa promedio global, de 17 nacimientos, según el Banco Mundial. Al mismo tiempo, la expectativa de vida nacional supera

los 80 años. De acuerdo con proyecciones del INE, a 2026 las personas mayores de 60 años representarán más del 20% de la población.

“Los adultos mayores estamos aumentando en número. Esto es una verdad innegable y lo es en todos los países en desarrollo, sobre todo en los países que son de bajos y medianos ingresos”, mencionó el neurólogo de la Universidad de Chile y coordinador del Grupo de Trabajo (GDT) de Demencia de Sonepsyn, Gonzalo Farías. Jubilarse y cerrar la etapa laboral implica mayor tiempo libre, pero también la pérdida de buena parte de la socialización. “Los chilenos y chilenas son autónomos, son independientes y son personas que en muchos casos desean seguir participando de distintos espacios, por ejemplo, el mundo laboral”, aseguró Carlos Román, de Senior Lab. Si bien hay un componente subjetivo en la sensación de soledad, “el aislamiento social por sí solo ha sido considerado como uno de los factores de riesgo modificables

importantes”, porque la situación es fácilmente reversible, mencionó Farías.

Según el experto, el aislamiento social representa un 5% del riesgo de demencia, detrás de la genética y los factores ambientales. Farías también enfatizó que nada reemplaza el efecto de “mirar a alguien a la cara e interpretar qué está pensando”, ni siquiera los juegos mentales como el Sudoku.

Sin embargo, esto no justificaría la creación de un Ministerio de la Soledad en Chile. “Pensar en la posibilidad de tener un Ministerio de la Soledad significa una inversión en gasto público que hoy en día no me hace mucho sentido”, recaló Román.

Los expertos más bien apuntaron a mejorar la accesibilidad de los adultos mayores, tanto física como digital, y promover la intergeneracionalidad, para que mantengan la sociabilidad y disminuya el riesgo de que contraigan enfermedades.