

# Envejecimiento en Chile, un desafío de dependencia y políticas públicas

La conmemoración del Día Internacional de las Personas de Edad invita a reflexionar sobre los desafíos del envejecimiento y las políticas públicas implementadas en el área.

Chile es uno de los países latinoamericanos con mayor proporción de personas mayores y tasas globales de fecundidad por debajo del nivel de reemplazo, fenómenos que están en constante crecimiento. El Instituto Nacional de Estadísticas (INE) estima que en 2050 los mayores de 60 años representarán más del 30% de la población, con una esperanza de vida de 83,2 años para los hombres y de 87,8 para las mujeres. Este cambio demográfico plantea una serie de retos.

Con el envejecimiento, aumenta el riesgo de que las personas mayores desarrollen algún grado de dependencia para actividades cotidianas. Cerca del 16% de la población mayor de 60 años presenta dependencia moderada o severa, cifra que ha generado un fuerte impacto en los sistemas de atención familiar y comunitaria. Su cuidado recae mayoritariamente en sus parientes, especialmente en mujeres, provocando desgaste emocional, físico y económico.

Aunque existen planes como el Programa de Atención Domiciliaria para Personas con Dependencia

Severa y los Establecimientos de Larga Estadía (Eleam), la cobertura sigue siendo insuficiente. Según la Organización Panamericana de la Salud (OPS), el país necesita expandir y mejorar estos servicios, incluyendo más opciones comunitarias y domiciliarias, para asegurar un acceso equitativo y sostenible para todos los usuarios, sin importar su situación económica. Un ejemplo es el programa de atención pri-



**MARÍA JOSÉ SERRANO**  
 Académica Carrera de Enfermería  
 UDLA Sede Viña del Mar

maría "Dismovilizados", pero que aún requiere mayor financiamiento, más formación de profesionales y una red de servicios más sólida para enfrentar estos desafíos.

Chile ha avanzado en políticas públicas para esta población, como la creación del Servicio Nacional del Adulto Mayor (Senama) y la Política Integral de Envejecimiento

Positivo, que promueven una evolución activa y saludable, pero es necesario que las futuras acciones aborden de manera integral la salud física, emocional y social. También se requiere mayor inversión en programas de cuidado a largo plazo y fortalecer las redes de apoyo familiar y comunitario, para evitar que esta etapa se perciba como compleja.

El envejecimiento no debe ser visto como un problema,

sino como una oportunidad para repensar la sociedad, adaptando los sistemas de salud, trabajo y seguridad social a las nuevas necesidades, para de esta manera garantizar que las personas mayores puedan vivir esta etapa de su vida con dignidad y autonomía. Chile tiene el desafío de prepararse para que todos sus ciudadanos, sin importar su edad, puedan disfrutar de una vida plena y activa.

## ¿Te d

Cuando hablamos de envejecimiento, a veces pensamos en la vejez, pero en realidad, para la gran mayoría de las personas, el envejecimiento significa días soleados realizando actividades familiares, pero no pasar el día en la estación significa la pérdida de la conexión con el mundo. Los datos de la Organización Mundial de la Salud indican que los casos de suicidio han aumentado en un 45% entre las personas mayores de 45 años, con las mujeres como las principales afectadas, especialmente a los 44 años y en la segunda mitad de la vida, entre los 29 años.

Lo que sucede con las personas mayores es que muchas veces se ven como el resto de la sociedad, pero con una mayor felicidad y bienestar. Mientras que algunas personas se sienten deprimidas, otras se sienten felices, creando un contraste que puede ser difícil de entender. Esto puede deberse a factores como los cambios de estación, la luz solar que puede afectar el estado de ánimo, y la primavera que trae consigo el aire libre y el calor, haciendo que quienes se sienten deprimidos se sientan aún más aislados; alergias, la temporada de polen puede afectar físicamente a algunas personas, contribuyendo a la fatiga y el malestar, reflexiones sobre el pasado, el cambio de estación puede llevar a reflexionar sobre metas no alcanzadas o pérdidas, intensificando los sentimientos de tristeza.

Existen una serie de factores que pueden contribuir a que se sientan deprimidos, no solo el aspecto físico, cognitivo y emocional, sino también las pérdidas de interés, emocional, cambios de inutilidad, auto-culpa excesiva. Entre las manifestaciones más comunes se encuentran la tristeza, la ansiedad, la pérdida de interés, el aislamiento social, la falta de energía, los cambios de humor, la dificultad para concentrarse, la pérdida de peso o el aumento de peso, la falta de apetito, la dificultad para dormir, la pérdida de memoria, la pérdida de interés en las actividades que antes disfrutaban, la pérdida de peso o el aumento de peso, la falta de apetito, la dificultad para dormir, la pérdida de memoria, la pérdida de interés en las actividades que antes disfrutaban.

Existen una serie de factores que pueden contribuir a que se sientan deprimidos, no solo el aspecto físico, cognitivo y emocional, sino también las pérdidas de interés, emocional, cambios de inutilidad, auto-culpa excesiva. Entre las manifestaciones más comunes se encuentran la tristeza, la ansiedad, la pérdida de interés, el aislamiento social, la falta de energía, los cambios de humor, la dificultad para concentrarse, la pérdida de peso o el aumento de peso, la falta de apetito, la dificultad para dormir, la pérdida de memoria, la pérdida de interés en las actividades que antes disfrutaban.