



## AUTONOMÍA Y FUNCIONALIDAD:

# ¿CÓMO ESTÁ ENVEJECIENDO LA POBLACIÓN CHILENA EN LA NUEVA ERA?

La Ley N° 19.828 —que creó el Servicio Nacional del Adulto Mayor (Senama)— define como adulto mayor a toda persona que ha cumplido los 60 años, sin hacer distinción entre hombres y mujeres. La población ha ido en franco aumento, sin duda, debido a los avances de la tecnología y los nuevos estilos de vida.

En 1992, las personas mayores de 60 años representaban el 9,5% de la población. Dicha cifra se duplicó hace dos años, llegando al 18,1% y se espera que en 2050 supere el 32%, según las proyecciones del Instituto Nacional de Estadísticas (INE).

En Chile, la esperanza de vida de una mujer es de 81,8 años y la de un hombre es de 76,7 años; y, a diferencia de lo que ocurriría décadas atrás, hoy estas personas son sumamente activas. Muchas de ellas continúan ejerciendo su profesión, trabajando en la política, haciendo deporte y un sinnúmero de actividades.

“Hay estudios que demuestran que las personas mayores de hoy se sienten más jóvenes y, a medida que van envejeciendo, su percepción de la edad que define la vejez va aumentando también. Con el aumento de la esperanza de vida y avances médicos y tecnológicos las personas no solo esperan vivir más años, sino que gozan de mejor salud en esos años extra”, explica Antonia Díaz-Valdés, académica del Centro de Investigación en Sociedad y Salud de la Universidad Mayor.

Según la especialista en gerontología, muchas de las personas que han pasado los cincuenta años se atreven a dar grandes giros en sus vidas, como

Actualmente, los adultos mayores están lejos de llevar una vida sedentaria. Gracias a los avances en salud y tecnología, las personas se mantienen activas y con una esperanza de vida cada vez mayor.

cambiar de carrera u oficios. Una vez “retirados” hombres y mujeres comienzan a desarrollar nuevos pasatiempos, encuentran el amor e, incluso, se lanzan a perseguir los sueños que los han acompañado durante toda su vida.

En este contexto, las comunidades y los lazos son clave. “Aquellos que tienen más vínculos y más significativos tienden a reportar edades de envejecimiento más elevadas, y a gozar de mejor salud”, explica la investigadora de la Universidad Mayor.

### POLÍTICAS PÚBLICAS

Actualmente, los programas sociales impulsan puntos de encuentro centrados en actividades físicas, culturales y artísticas, entre otras, que fortalecen el envejecimiento activo y productivo. Esto, no solo para garantizar la longevidad, sino también un mejor estado de salud.

De hecho, el Congreso Nacional trabaja en un proyecto de envejecimiento digno y positivo liderado por la Comisión de Personas Mayores. “Me parece que es lo que debemos hacer: trabajar en políticas públicas que mejoren la calidad de vida de nuestras personas mayores. Pero debemos ir más allá y visibilizar la realidad que hoy día viven muchas de ellas, que viven en soledad y abandono”, sostiene la diputada Marlene Pérez, quien preside la Comisión de Desarrollo Social, Superación de la Pobreza y Planificación de la Cámara de Diputadas y Diputados.

Como integrante de la Comisión de Personas Mayores,

la parlamentaria se ha preocupado de promover la fiscalización de los hogares que dependen del Senama, en los que percibe “debilidades y negligencias” que preocupan. “Debemos hacernos cargo. Por lo mismo, estamos impulsando una comisión investigadora respecto a cómo están funcionando los hogares. Muchos de ellos funcionan de forma clandestina y ni siquiera cumplen con los estándares mínimos”, señala.

### AUTONOMÍA FUNCIONAL

Investigadores de la Universidad de Las Américas, la Universidad de Playa Ancha y la Universidad Santiago de Chile evaluarán este año a dos mil personas mayores de 60 años de la Región de Valparaíso para conocer su capacidad de realizar tareas cotidianas de forma independiente. La iniciativa colaborativa “Autonomía funcional de personas mayores chilenas: creación de la escala nacional GD/LAM”, patrocinada por el Instituto Nacional de Deportes, busca determinar la autonomía funcional de las personas mayores que viven en la comunidad.

“Llevamos trabajando con personas mayores, aproximadamente, cuatro años. Dentro de esos proyectos, trajimos una escala, una batería de pruebas que fue creada en Brasil y que, actualmente, se está aplicando en varios países de Hispanoamérica”, explicó Alvaro Huerta, académico de la Universidad de Las Américas que dirige el proyecto.

Previamente, se trabajó en la determinación de la fiabilidad de una batería de pruebas con

población mayor chilena y, este año, se espera evaluar a dos mil personas mayores entre las que se encuentran las que participan en los programas de actividad física del Instituto Nacional del Deporte.

“Por ejemplo, se considera la prueba de caminar diez metros. El nivel de autonomía lo dará el tiempo que tarda. Entonces, se entiende que a menor tiempo mayor funcionalidad. Otra prueba es ponerse y sacarse una camiseta. ¿Qué demuestra? La funcionalidad para poder vestirse de manera autónoma”, señala el académico de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Universidad de Playa Ancha (UPLA), Sergio Galdames.

La antelasa de esta iniciativa fue un proyecto de la UPLA de 2022, financiado por el Fondo Social CreaLab de la Dirección General de Vinculación con el Medio, referido a la recuperación de la autonomía funcional de personas mayores de la región de Valparaíso. Luego, en 2023, la UDLA con un proyecto financiado por Vinculación con el Medio de la institución, evaluó a 100 personas de la Región de Valparaíso.

### TECNOLOGÍA Y CUIDADO

Cuidar a los adultos mayores, sin coartar su libertad no siempre es una tarea fácil. Por eso, nació “Mistatas”, startup que utiliza un algoritmo para protegerlas y conectarlas con sus redes de apoyo en caso de emergencia. La iniciativa se ha adjudicado tres fondos Corfo (2016, 2019 y 2020) y cuenta con el apoyo de Chrysalis, la incubadora de Negocios de la Pontificia Universidad Católica de

Valparaíso (PUCV) que ha aportado al desarrollo del sistema de teleasistencia y casas inteligentes.

AMAIA es el nombre del sistema de protección y seguridad enfocado en el adulto mayor que funciona con sensores especializados y un algoritmo específicamente diseñado para el cuidado de los mayores. “El dispositivo se encarga de alertar a sus cercanos y servicios de emergencia frente a las urgencias más recurrentes (SOS, fugas de gas, incendios, robos, caídas e inactividad). De esta forma, extendemos la autonomía de las personas mayores de manera no invasiva, mientras damos tranquilidad a su familia”, comenta Daniel Osorio, gerente general de Mistatas.

El funcionamiento de esta herramienta tecnológica es simple. Cuando se genera una alerta, AMAIA recibe la información, la guarda y la categoriza en un servidor. En paralelo envía la notificación a las redes de apoyo y servicios de emergencia a través de SMS y correo electrónico. Asimismo, el usuario se puede comunicar automáticamente con sus familiares —a través de llamadas generadas por AMAIA— ocupando manos libres. Si el primer contacto no contesta, el llamado pasa a la siguiente persona registrada en la red de apoyo.

De ser necesario, el sistema conectará a la persona mayor con los servicios de emergencia, pudiendo incluso movilizar apoyo si se requiere. Además, la información, alertas históricas y reportes individuales pueden visualizarse en una plataforma web.