

En el 2050 un 32% de la población en Chile será mayor de 60 años, según proyecciones del INE.

Pensando en el aumento de séniors que habrá a nivel nacional —actualmente, la cifra de personas mayores es de 18%—, el Centro Interuniversitario de Envejecimiento Saludable (CIES), entidad integrada por 18 universidades estatales, lanzó junto al Senama la Guía de Beneficios del Estado para Personas Mayores.

Su objetivo es ofrecerles un recurso informativo que les permita conocer de manera sencilla todos los beneficios disponibles en el país para mejorar la calidad de vida en esta etapa. Además, incluye cómo y dónde hacer los trámites, a quiénes están dirigidos específicamente y si existe algún costo asociado o no.

“Hasta ahora no existía un documento que agrupara todos los beneficios que ofrece el Estado a este grupo etario. En ella se encuentra información reunida en diferentes beneficios: apoyo a la funcionalidad y cuidados comunitarios, salud, tiempo libre y recreación, educación y desarrollo personal, subsidios y ayudas financieras, viviendas y alojamiento, canales de comunicación y asesoría jurídica”, explica Iván Palomo, director del CIES y académico de la U. de Talca.

La guía, añade, facilita no solo el conocimiento de estos beneficios, sino que también la experiencia que tienen las personas mayores con estos trámites, por ejemplo, para evitar asistir varias veces a algún servicio.

El recurso puede verse *online* o descargarse sin costo en <https://shorturl.at/aQhtM>.

Política actual

“En Chile, a nivel de políticas públicas, se ha trabajado con este grupo etario dependiendo del gobierno. El nombre ha ido cambiando. Fue envejecimiento saludable, que hacía énfasis en las consecuencias físicas. Después, como acto mejorado, se llamó envejecimiento activo, y agregó factores como la integración de las personas mayores a la sociedad. Hoy se habla del envejecimiento positivo, donde se ocupan todos los factores anteriores más el impacto psicológico y subjetivo al maltrato en las personas mayores”, comenta Carolina Arias, académica de la U. de los Andes.

Dentro de los beneficios existentes en la actualidad, Palomo resalta el Programa Más Adultos Mayores Autovalentes, dirigido a aquellos que se valen por sí mismos y que están inscritos en Fonasa o en algún centro de atención primaria, como Cesfam.

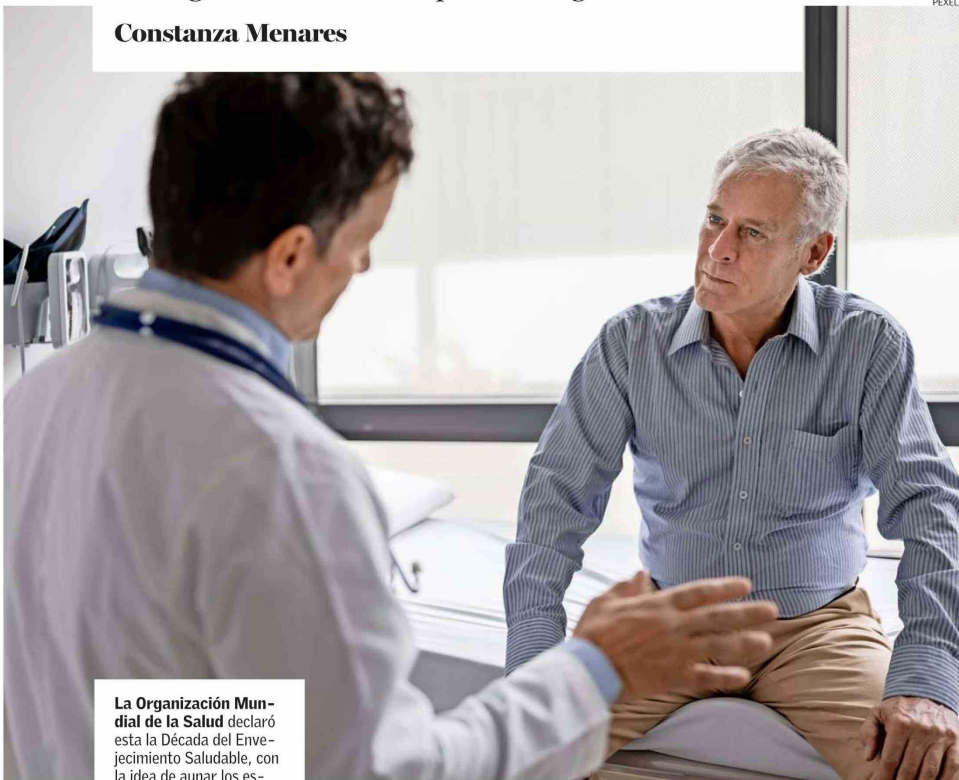
“En este programa las personas mayores reciben una intervención durante tres meses por parte de una dupla de profesionales, ge-

Expertos comentan:

Estos son los beneficios que una persona mayor de 60 años tiene en Chile

Programas para mantener la autosuficiencia, fondos que apoyan a organizaciones que trabajan con séniors e, incluso, ingreso gratuito a parques nacionales son parte de las garantías del Estado para este segmento etario.

Constanza Menares



La Organización Mundial de la Salud declaró esta la Década del Envejecimiento Saludable, con la idea de aunar los esfuerzos para mejorar la vida de las personas mayores, sus familias y comunidades.

neralmente un kinesiólogo y un terapeuta ocupacional. Con ellos realizan actividad física, motora, cognitiva, con el objetivo de que sigan siendo autosuficientes. En un estudio reciente vimos que las personas frágiles o pre-

frágiles (la fragilidad es un síndrome clínico que representa un continuo entre el adulto mayor saludable hasta aquel extremadamente vulnerable en alto riesgo de morir y con bajas posibilidades de recuperación) que entran a este programa mejoran algunos indicadores. Por ejemplo, el de fuerza, lo que es importante porque significa que el participante mejoró su estado de musculatura: se frenó en parte su sarcopenia y su riesgo de caídas”, cuenta Palomo.

Los interesados pueden ingresar al programa por derivación del equipo médico de su establecimiento de salud, como miembro de una organización social que se integra a la iniciativa o por derivación de servicios locales que se vinculan a esta.

En temas de nutrición, María José Gálvez, directora de la Sociedad de Geriatria y Gerontología de Chile, destaca el Programa de Alimentación Complementaria para el Adulto Mayor. Este distribuye alimentos fortificados a las personas desde los 65 años en adelante en centros de salud o consultorios.

“Este programa consta, mensualmente, del otorgamiento de una bebida láctea y cremas en base a legumbres que tienen nutrientes específicos para las personas mayores, como el calcio y la vitamina D”, explica.

Asimismo, la geriatra resalta la existencia de “subvenciones del Estado, como el subsidio de arriendo para personas mayores y en situación de discapacidad. En esta línea también está la extensión del pago de contribuciones, la Pensión Garantizada Universal, la asignación por muerte, la rebaja en el transporte público, el bono bodas de oro y el acceso gratuito a parques nacionales y monumentos”.

Por su parte, Arias menciona el Fondo Nacional Adulto Mayor, un programa que apoya con financiamiento a organizaciones sin fines de lucro y conformadas por personas mayores que trabajen en temáticas de este grupo, tales como mejorar la calidad de vida y favorecer hábitos asociados a la prevención en salud y autocuidado.

Este y otros beneficios pueden verse también en la página del Ministerio de Desarrollo Social y Familia: <https://shorturl.at/Vz2sC>.