

# ¿1 o 2 hijos? Una socióloga, un psicólogo y tres madres analizan el gran dilema de los chilenos



► Chile alcanzó su nivel más bajo en la tasa de natalidad, con 1,3 hijos por mujer en el año 2020 según el Instituto Nacional de Estadísticas (INE).

**La cantidad de hijos por familia en Chile sigue en descenso, acercándose a niveles europeos. ¿Qué factores explican esta tendencia y qué impacto tendrá en el futuro?**

**Cristina Pérez**

Chile enfrenta una transformación demográfica sin precedentes: la tasa de natalidad ha alcanzado su nivel más bajo en la historia del país. Según datos del Instituto Nacional de Estadísticas (INE), la Tasa Global de Fecundidad (TGF) cayó a 1,3 hijos por mujer en 2020 y siguió descendiendo en los años posteriores.

Este número, lejos del umbral de reemplazo generacional de 2,1 hijos por mujer, re-

fleja una preferencia creciente por familias más pequeñas, con uno o dos hijos como la norma en la sociedad chilena actual.

Mientras décadas atrás era común ver familias con tres o más hijos, hoy la mayoría de las parejas o personas planifica su descendencia considerando estabilidad económica y calidad de vida. Según los registros del INE, en 2021 se registró una caída del 7,24% en los nacimientos respecto al año anterior, marcando una tendencia que se arrastra desde hace más de una década.

Pero, ¿Cuántos hijos prefieren tener las personas en Chile? ¿Hay un factor determinante? Conoce lo que dicen especialistas al respecto.

En Chile, la cantidad de hijos por familia ha disminuido drásticamente en las últimas décadas, situándose en un promedio de 1,3 hijos por mujer, según INE. Este descenso es resultado de múltiples factores, entre ellos, el desarrollo profesional, la estabilidad económica y cambios socioculturales que

han transformado la percepción de la maternidad y la paternidad.

“Hoy en día, no todas las personas visualizan la maternidad y la paternidad como un aspecto central en su vida adulta; hay otras formas de realización personal, como el desarrollo profesional, el tiempo personal o incluso la transmisión de afecto a través de otros vínculos como sobrinos, hijos de amigos o mascotas”, explica la socióloga y demógrafa Marinella Mazzei.

Este cambio en la estructura familiar y en la decisión de cuántos hijos tener se remonta a la década de 1960, cuando la introducción de métodos anticonceptivos altamente eficaces permitió un mayor control sobre la planificación familiar.

Además de la anticoncepción, el acceso a la educación, la mayor participación de las mujeres en el mercado laboral y transformaciones en los valores religiosos y familiares reforzaron la idea de que la maternidad y la paternidad son una opción, y no una obli-

gación social. Con el paso del tiempo, estos factores han hecho que la decisión de tener hijos se tome de manera más racional y en etapas más tardías de la vida.

Para Joceline Gómez Meza, ser madre de un solo hijo fue una decisión consciente. A sus 31 años, sintió que era el momento adecuado junto a su pareja, pero optaron por no tener más debido a la alta demanda de tiempo, energía y recursos que implica la crianza. “Queremos darle lo mejor sin estar agotados ni estresados. Con dos, quizás no podríamos ofrecerle la misma calidad de vida”, explica la TENS, cuyo hijo tiene 1 año y 5 meses, y que junto a su pareja, están convencidos de que su decisión fue la correcta.

Uno de los factores determinantes en esta tendencia es la postergación de la maternidad y la paternidad. En décadas anteriores, la formación de una familia ocurría a edades más tempranas; sin embargo, hoy en día

**SIGUE ►►**



**SIGUE ►►**

el tiempo educativo se ha prolongado, el desarrollo profesional es una prioridad y el costo de vida ha aumentado, reduciendo el tiempo reproductivo disponible.

"Antes, las mujeres empezaban a tener hijos entre los 16 y 20 años sin mayor planificación. Sin embargo, hoy la adultez y la estabilidad económica se alcanzan más tarde, por lo que el período reproductivo también se acorta", señala Mazzei, subdirectora de la Escuela de Salud Pública U. de Chile. Este cambio ha llevado a que, aunque algunas personas opten por tener más hijos o no tener ninguno, el promedio de hijos por mujer continúe disminuyendo.

El contexto económico también influye en la decisión. La inestabilidad laboral, la dificultad de compatibilizar la vida profesional con la crianza y la falta de redes de apoyo han hecho que muchas parejas o personas decidan no tener hijos o reducir su número.

"Hoy la decisión de tener hijos es mucho más pensada y planeada, ya no es algo automático dentro del matrimonio. Además, ya no hay una madre que se quede en casa o una familia extendida que ayude en la crianza", agrega Mazzei.

La falta de acceso a salas cunas y la escasez de medidas efectivas de conciliación entre trabajo y familia también dificultan la posibilidad de formar familias más numerosas.

Para Catalina Bahamondes González, enfermera de 29 años y madre de Gabriela (4) y Alonso (2), el apoyo familiar fue clave para decidirse por un segundo hijo. "Sin el respaldo de la pareja, la familia y los amigos, la maternidad puede ser muy difícil", comenta.

Su experiencia como madre primeriza fue positiva, lo que le permitió optar por un segundo hijo con poca diferencia de edad. Sin embargo, reconoce que, en su entorno, muchas personas eligen tener solo un hijo o no tener ninguno debido a factores económicos, la dificultad de compatibilizar el trabajo con la crianza y la falta de estabilidad laboral.

"No se trata simplemente de elegir entre tener uno o dos hijos, sino de las condiciones que rodean esa decisión", explica Mazzei, además de todos los factores que lo rodean. "Las decisiones reproductivas no ocurren en el vacío, sino dentro de un contexto social y cultural que condiciona las posibilidades reales de formar una familia", agrega.

**¿Afecta la salud mental?**

La decisión de tener uno o dos hijos también depende de factores emocionales. Según el psicólogo Gerardo Riffo, director de la carrera de Psicología de la Universidad de Las Américas, la baja natalidad responde a la búsqueda de estabilidad profesional y la incertidumbre social, lo que dificulta la planificación familiar.

Además, los cambios en los roles de géne-

ro han llevado a muchas familias a optar por estructuras más pequeñas para equilibrar trabajo y crianza.

Las expectativas sociales también influyen, aunque cada vez más personas priorizan su bienestar sobre las normas tradicionales. "La sociedad acepta mejor que algunas familias elijan tener menos hijos o ninguno", señala la psicóloga clínica Stephanie Lazo. Aun así, la presión de generaciones anteriores sigue presente en muchas decisiones.

Para Stephanie, su experiencia personal fue determinante en su decisión de tener un solo hijo. Con 40 años y madre de un niño de 5, cuenta que factores económicos, la falta de redes de apoyo y un parto complicado marcaron su elección. "Mi hijo nació por cesárea de urgencia y pasó 11 días en la UCI. Fue una experiencia angustiante que no quiero volver a vivir", relata.

Además, las largas jornadas laborales y la dificultad de compatibilizar la crianza con el trabajo la llevaron a concluir que, sin una red de apoyo sólida, tener más de un hijo no era una opción viable para su salud mental y calidad de vida.

A nivel estructural, el debilitamiento de instituciones como la iglesia, la escuela y la familia ha generado un entorno donde proyectarse como padres es cada vez más difícil, según Riffo. Si bien muchas personas optan por menos hijos por razones personales, también existe un impacto sociocultural que dificulta la crianza, como la falta de políticas públicas que faciliten la conciliación entre la vida laboral y familiar.

"Es importante que a nivel país exista una revisión y reformulación de las políticas públicas en este campo", advierte este último. Mientras tanto, la salud mental sigue siendo un factor clave en la decisión de tener hijos, con cada vez más personas priorizando su bienestar y estabilidad antes de expandir su familia.

**Impacto en el futuro**

La baja natalidad en Chile acelerará el envejecimiento de la población y pondrá en riesgo el sistema de pensiones. Aunque existen políticas de conciliación laboral, no han logrado revertir la tendencia. "Se necesita una mayor valorización de la maternidad y paternidad, junto con políticas de apoyo a las familias", señala la subdirectora de la Escuela de Salud Pública U. de Chile.

Uno de los principales factores es la postergación de la maternidad y paternidad, lo que reduce el período reproductivo y limita la posibilidad de tener más hijos. La prolongación del tiempo educativo, la inestabilidad laboral y la prioridad de proyectos personales han llevado a Chile a asemejarse a países europeos, donde la maternidad ocurre en edades avanzadas y las familias son más pequeñas.

Para María José Toledo, su experiencia como madre única marcó su perspectiva sobre la crianza. A los 25 años, mientras aún estudiaba, tuvo a su hijo Sergio, quien hoy tiene 16. "Terminé la universidad cuando él tenía 4 años y luego, al empezar a trabajar,



► El descenso es resultado de múltiples factores, entre ellos, el desarrollo profesional.

era difícil volver a comenzar el proceso de crianza desde cero", comenta.

Aunque alguna vez consideró tener otro hijo, la estabilidad de su familia de tres la llevó a descartar la idea.

Desde una perspectiva psicológica, estudios indican que los padres son más felices con un solo hijo, ya que más descendencia implica mayor estrés y presión. "El nacimiento de un nuevo hijo es visto como una carga de tiempo y tareas que se extiende hasta la adolescencia", explica Riffo. Sin embargo, el impacto en la salud mental varía según las circunstancias de cada familia.

La reducción en el número de hijos también afectará a las futuras generaciones, disminuyendo las redes familiares. Aunque antes se hablaba del "síndrome del hijo único" con connotaciones negativas, hoy se reconoce que pueden desarrollar mayor independencia y autonomía. Aun así, la falta de hermanos podría influir en su desarrollo emocional. "El factor clave es la calidad de la crianza y el entorno familiar", concluye Riffo.

**¿Pasa en Chile y el mundo?**

Chile es uno de los países con la tasa de natalidad más baja en América Latina, acercándose a los patrones europeos. Según Mazzei, esto se debe al aumento en los niveles educativos, la reducción de la pobreza y cambios socioculturales profundos.

A diferencia de otros países de la región, donde la maternidad ocurre en edades más tempranas, en Chile se ha postergado y la natalidad ha disminuido en todos los segmentos sociales, especialmente en mujeres con mayor nivel educativo y en sectores medios

y altos.

A nivel global, los países con mayor desarrollo económico han experimentado un descenso en la natalidad, y Chile sigue esta tendencia. Países como Colombia y Brasil han visto reducciones similares, aunque en algunas naciones la caída se ha ralentizado por diferencias en el acceso a anticonceptivos y cambios culturales más lentos.

En Chile, las políticas de planificación familiar han sido efectivas, permitiendo una mayor planificación de la maternidad, pero las condiciones económicas y laborales han impulsado la preferencia por familias más pequeñas.

Para el futuro, la natalidad en Chile seguirá disminuyendo. "Los estudios e indicadores refieren que esto se mantendrá a la baja en los próximos años", explica Riffo. La crisis económica, la inestabilidad laboral y los altos costos de la vivienda dificultan la proyección de una familia a largo plazo, lo que ha llevado a muchas personas a retrasar la decisión de tener hijos o a no tenerlos.

Si bien se han implementado políticas públicas para facilitar la conciliación entre trabajo y familia, estas no han logrado revertir la baja natalidad. "Las políticas han avanzado, pero aún faltan medidas más integrales y sostenidas en el tiempo", señala Mazzei.

La extensión del postnatal y la reducción de la jornada laboral han sido avances, pero persisten barreras como el temor de los empleadores a contratar mujeres en edad fértil y la falta de acceso a salas cunas gratuitas. En países como Francia, políticas similares han tenido efectos positivos, pero requieren tiempo y compromiso del Estado y la sociedad. En el corto plazo, no se espera un repunte en la natalidad chilena, lo que seguirá transformando su estructura demográfica. ●