

"Deberíamos avanzar hacia los gerontoarquitectos o gerontosicólogos", anticipa experta en vejez

# Gerontóloga describe lo que hace a diario: "Trato de ser un shot de energía"

**La fonoaudióloga Nicole Ortega se apasionó con el tema tras conocer casos de soledad y carencias entre adultos mayores.**

WILHEM KRAUSE

Desde niña Nicole Ortega se familiarizó con los adultos mayores. Vivía con su abuela materna, compartía con las amigas de ella y las acompañaba en su vida social: en ese entorno, notó soledad y falta de apoyo en aspectos de la salud física y mental. "Ella participaba en clubes de jubilados y distintas actividades donde sentí muy de cerca las carencias para las personas mayores: la soledad, la falta de orientación y el impacto del 'nido vacío' cuando los hijos se van de casa".

Estudiando Fonoaudiología, Ortega interactuó con muchos adultos mayores que habían sufrido accidentes cerebrovasculares; algunos casos, supo, podrían haberse prevenido con un acompañamiento adecuado y mayor difusión sobre los cambios que ocurren al envejecer en la salud física y mental. "Eso me impulsó a especializarme en gerontología, porque me di cuenta de que había grandes necesidades y carencias en Chile", reflexiona.

Tras terminar la carrera, postuló a una beca de la Fundación Santander y en 2021 se fue a estudiar el Máster en Gerontología en la Universidad de Granada, España. Hoy trabaja como fonoaudióloga especializada en personas mayores en la fundación Las Rosas y colabora en diferentes hogares. "Veo rehabilitación del habla, lenguaje y deglución, supervisión de alimentación, capacitación del personal -para tens, cuidadores y voluntarios-, además de fomentar la alimentación y la participación social".

Actualmente Nicole es socia de Valor Mayor, iniciativa para profesionales de diferentes áreas que quieran especializarse en gerontología. Ofrecen pasantías para interesados en capacitarse, que incluyen pasajes, alimentación, alojamiento y un curso teórico-práctico en la U. de Granada ([mayorvalor.com, https://acortar.link/hmWDRP](https://acortar.link/hmWDRP)). "Es considerado como un curso de especialización en Chile, superior a las 20 horas cronológicas que los empleos públicos en Chile consideran válidas", aclara.

Es importante notar que en Chile la gerontología no es una carrera por sí sola, sino una especialización para profesionales que hayan cursado un grado. "El 17% de las instituciones educativas en Chile dictan este posgrado", dice Ortega.

## Enfoque integral

Daniela Ruiz, fonoaudióloga, gerontóloga y también socia de Valor Mayor, aclara que un geriatra debe ser médico, mientras que un gerontólogo puede provenir



Nicole Ortega trabaja como fonoaudióloga especializada en la fundación Las Rosas.

de otras áreas y aportar desde ellas.

"La gerontología tiene un enfoque más biosociosocial. O sea, nosotros vemos más el entorno en que un adulto mayor se desenvuelve, no solamente lo médico. No solo vemos trastornos ni hacemos terapias de deglución, sino que abarcamos todo el enfoque de una persona: su participación social, el enriquecimiento activo y cómo ayudarlos a pasar de una vida laboral a una etapa de jubilación".

Actualmente Daniela realiza terapias

grupales en residencias de Santiago. "Son sesiones con cinco o seis personas máximo, donde trabajamos distintos objetivos: memoria, atención, planificación, organización y funciones cognitivas a través de juegos. Es súper dinámico y entretenido".

## ¿Son mañosos los adultos mayores?

"Como en todo, hay de todo. Hay personas que no son mañosas para nada, otras que sí; algunas son súper buena onda y otras no tanto. Pero cuando voy a hacer terapias, trato de ser un shot de energía para ellos. A veces me he encontrado con personas más mañosas al principio, pero siento que igual logro cambiarles un poco el switch porque llego con toda la onda de hacer algo diferente, cambiar el ambiente, la vibra. Así que, al final, varía mucho".

## ¿Y los adultos mayores suelen ser más intransigentes?

"Sí, son como más fijos en sus posturas, más a la antigua por así decirlo. Igual siento que antes las cosas eran más 'mano dura' y a veces se van por ese lado. Cuando estoy en sesiones, prefiero no meterme en temas como la política porque no quiero que se genere mala onda ni conflictos. Así que intento siempre frenarlos temas antes de que pasen".

## ¿Le ha tocado que se peleen por política entre ellos?

"No, porque pongo el freno antes. No dejo que lleguemos a ese punto".

## Una sociedad vieja

El envejecimiento de la población es una tendencia global significativa. Según el Fondo de Población de las Naciones Unidas, entre 1974 y 2024 la proporción mundial de personas de 65 años o más casi se ha duplicado, pasando del 5,5% al 10,3%. Se proyecta que entre 2024 y 2074 esta cifra vuelva a duplicarse, alcanzando el 20,7%.

En Chile, el Instituto Nacional de Estadísticas (INE) proyecta un rápido envejecimiento. En 2022, informó que para 2050 cerca de un tercio de la población chilena (32,1%) estará compuesta por personas mayores. Además, se espera que la esperanza de vida supere los 85 años.

Claudia Rodríguez, coordinadora del Centro del Envejecimiento de la Universidad de los Andes, advierte la urgencia de formar gerontólogos y otros profesionales dedicados al envejecimiento. "Deberán atender el desafío de envejecer y aportar en la construcción de políticas públicas que promuevan el bienestar y la calidad de vida desde su área de expertise. Deberíamos avanzar hacia los gerontoarquitectos, gerontosicólogos, geronto-enfermeras: la idea es que efectivamente las disciplinas puedan conjugar a un único objetivo, que es mejorar la calidad de vida de las personas".

## ¿Y en cuanto a geriatría?

"Chile está muy bajo en número de especialistas, hay alrededor de 170 geriatras en Chile: la relación es de un geriatra por 15.000 personas mayores, cuando la OMS recomienda uno por cada 5.000".

Tomás Maiza, médico internista y geriatra del Hospital Clínico de la Universidad de Chile, aclara que no es usual auto denominarse "gerontólogo" como alguien se llama sicólogo. "En general lo que dicen es 'yo hice un magíster o un doctorado en gerontología' y trabajan en esas áreas de desarrollo". Eso se aplica incluso a un arquitecto o un periodista que se especializa en el área, señala.

Para los geriatras, recalca, hay muchísimo trabajo. "Siempre nos reclaman por la dificultad para encontrar especialistas en un área en particular, porque no hay acceso y no siempre encuentran horas. Como somos tan pocos, lo que tratamos de hacer es entrenar y educar a la mayor cantidad de profesionales médicos y no médicos en los conceptos de geriatría para que lo puedan aplicar en el día a día. Sabemos que nosotros no vamos a ser capaces de dar abasto".

» "Sabemos que nosotros no vamos a ser capaces de dar abasto"

Tomás Maiza, geriatra