



SARA CARO P.

Académica
Escuela de Trabajo Social
Profesora miembro del Centro UC
Estudios de Vejez y Envejecimiento
Integrante Consejo Asesor
Fundación Conecta Mayor
Pontificia Universidad
Católica de Chile

COMENTARIO

La vejez es una etapa en la que los vínculos familiares y sociales son fundamentales para la calidad de vida. Esto se debe en gran medida a que las personas mayores pueden experimentar con más frecuencia el debilitamiento de sus vínculos sociales, ya sea por la pérdida de la pareja, amistades o compañeros de trabajo; también porque tales vínculos son mecanismos informales importantes para su inclusión social. Las relaciones familiares y sociales saludables pueden representar no solo apoyo, sino también afecto y seguridad socioemocional, contribuyendo a una mejor autoestima en los individuos.

Los resultados de esta encuesta muestran que la coresidencia sigue siendo una tendencia en los hogares en los que viven las personas mayores en Chile, así como también de la dinámica familiar. La gran mayoría de las personas mayores encuestadas vive acompañada (82,3%), de esas casi el 52% indica que vive con su pareja. Ahora bien, no se debe perder de vista que en las distintas mediciones de esta Encuesta, ha ido aumentando el número de personas mayores que viven solas, pasando de un 13,9% en el año 2007, a un 14,8% en el año 2013 y a un 17,7% actualmente (la más alta desde que se realiza la encuesta). Se debe poner atención a esta cifra, ya que el aumento de hogares unipersonales compuesto por personas de 60 años o más es una tendencia en la sociedad chilena.

También, en el ámbito de los vínculos familiares, las cifras indican que relaciones de las personas mayores con sus hijos se basan en el soporte emocional recíproco y balanceado, representando una importante fuente de apoyo. Además de que la mayoría señala tener contacto con ellos diariamente (61,3%),

dan cuenta de dar y recibir apoyo de sus hijos de forma equilibrada. Esto también se condice con el alto nivel de satisfacción con la familia, donde más del 70% de las personas mayores se siente satisfecha con la forma en que se conversan las cosas y se comparten los problemas en su familia, cifra que sube a casi un 75% de satisfacción cuando se trata de cómo sus familias aceptan y apoyan los deseos que tienen de realizar nuevas actividades.

Las cifras también visibilizan que las personas mayores son una importante fuente de apoyo en su familia, en diversos sentidos. En términos económicos, el 74,7% declara que es jefe de hogar, lo que representa que son el principal ingreso del grupo familiar. También proveen cuidado, un 20,1% de personas mayores señala estar dando cuidado diario a algún nieto, y un 9,8% dice hacerlo varias veces a la semana, cifras que reflejan la importancia cada vez mayor del vínculo entre abuelos y nietos en la sociedad. Esto es fundamental para la socialización de las nuevas generaciones, interacciones desde las cuales las personas mayores también transmiten la cultura y las formas de hacer comunidad.

Las relaciones sociales más amplias, principalmente las amistades, son igualmente cruciales para la calidad de vida en la vejez, y tienen objetivos y características distintos a los que tienen en otras etapas de la vida. La pérdida de roles asociados al ámbito laboral o a la crianza de los hijos, pueden dar espacio a nuevos ámbitos y experiencias para socializar, pero también pueden dar pie a la disminución de relaciones interpersonales.

Los resultados de la encuesta muestran que el

33,8% de las personas mayores no tiene ningún amigo cercano a quien llamar para pedir ayuda, mientras que un 34,2% no tiene un amigo con quien se sienta cómodo para conversar temas personales. Estas cifras aumentan cuando se trata de personas mayores que tienen un nivel de educación bajo, lo que da cuenta de una red social pobre y por lo tanto, mayor exposición a aislamiento. Debe ser objeto de preocupación además, que un 53,6% de las personas mayores presenta un alto riesgo de aislamiento social, lo que aumenta nuevamente en el nivel educacional bajo y en los hombres .

Si bien la vejez es una etapa en la que se seleccionan y priorizan las relaciones que tienen mayor significado emocional, una red social pobre es un factor de riesgo no solo frente a la soledad, sino que también está asociado a la presencia de demencia y en definitiva, puede mermar el estado de salud general.

Tanto los vínculos familiares como las relaciones sociales se han trasladado a la virtualidad producto de la pandemia COVID-19 y las medidas de confinamiento, por lo que se requerirá de iniciativas tanto públicas como privadas que se planteen reconectar a las personas mayores con sus entornos. Esta configuración de los vínculos sociales en las personas que hoy tienen 60 años o más debe ser motivo de preocupación para las generaciones más jóvenes, entre las cuales los ritmos de la vida diaria priorizan las exigencias laborales y familiares antes que el tiempo con amigos. Por ello, será especialmente importante incentivar el contacto intergeneracional en el barrio, entre vecinos, dando paso a nuevas formas de vivir en comunidad, con familias más pequeñas y con menos hijos.