



# 5

## PARTICIPACIÓN Y REALIZACIÓN DE ACTIVIDADES

Durante el 2022, la actividad más realizada por las personas mayores fue ver televisión y escuchar radio. Dos tercios de las personas mayores sale de casa al menos varias veces por semana, pero un tercio lo hace menos seguido o no lo hace.

Reunirse con amistades o parientes es una actividad con bastante variedad de frecuencia entre las personas mayores, con alrededor de la mitad haciéndolo al menos una vez por semana, y poco más de la mitad haciéndolo menos seguido o nunca.

Hay una tendencia a una baja en la realización de actividades el año 2022, especialmente la lectura, salir de casa e ir a hacer trámites.

Si bien la realización de actividad física sigue siendo baja, ha habido una leve mejoría el 2022.

Respecto a la participación de organizaciones, se puede observar una baja progresiva a lo largo de los años, si bien se ha estancado desde el 2019. El tipo de organizaciones en que más participan

las personas mayores durante el 2022 fue en grupos religiosos, organizaciones de barrio y clubes de adulto mayor.

Por otra parte, en promedio, quienes tienen más educación son quienes mejor nota ponen a los distintos aspectos de la ciudad. "Facilidad para llegar a los servicios públicos/privados" es el aspecto de la ciudad mejor evaluado y "accesibilidad a baños públicos en buen estado" el peor evaluado.

Respecto a la percepción de la vejez, existe una regular a mala percepción, donde un 65% percibe que la mayoría de las personas mayores comienza a tener un considerable deterioro de su memoria; 54% está de acuerdo con que ocurre un aumento de discapacidades y dependencia, y que se aíslan de su entorno social. La percepción negativa aumenta con la edad y es mayor entre las personas con menor nivel educacional.



Sara  
Caro P.

Académica Escuela de Trabajo Social.  
Miembro del Centro UC Estudios de Vejez y  
Envejecimiento Pontificia Universidad  
Católica de Chile

## COMENTARIO

### **PARTICIPACIÓN Y REALIZACIÓN DE ACTIVIDADES**

La participación social alude a actividades que se realizan fuera de casa y que representan oportunidades para interactuar con otras personas y generar vínculos sociales, aspectos fundamentales para la calidad de vida en la vejez.

Esta participación incluye una amplia variedad de actividades, algunas definidas como actividades “formales” y –en alguna medida–, más tradicionales de participación, por ejemplo ser miembro de una organización vecinal o comunitaria; y otras que se denominan “informales” y que en algunos casos, pueden representar formas menos convencionales de participar. En esta última categoría se han ido incorporando variadas actividades que se relacionan con los intereses diversos que las personas mayores tienen. En algunas partes de Chile por ejemplo, las “mateadas” (o reunirse a tomar mate) representan un espacio de participación social, donde las personas se reúnen en torno a una actividad que disfrutan y que propicia la socialización.

Por todo lo anterior, vemos con preocupación los resultados de esta VI Encuesta de Calidad de Vida en la Vejez UC-Caja Los Andes. Primero, porque muestran una disminución sostenida en la participación de las personas mayores en organizaciones, llegando hoy al 40% (la cifra más baja desde que se realiza la Encuesta). Segundo, porque apenas el 15% de los participantes señala que asiste al menos una vez al mes a talleres, seminarios o cursos. Finalmente, porque el 92% de las personas mayores encuestadas indica que ve televisión varias veces a la semana, convirtiéndose con esto en la actividad más realizada.

Este panorama refleja una degradación de aquellas actividades que representan mayores conexiones, asociatividad y vivir la vejez junto a otros. Por el contrario, dan señales de un ocio que pareciera ser cada vez más privado e individual, dentro de la casa, y que lejos de representar más vínculos sociales, aumenta la probabilidad de riesgo de soledad en las personas mayores.

Junto a lo anterior, ver televisión como la principal actividad a realizar durante la semana, también puede estar vinculado a un estilo de vida más sedentario y a un ambiente poco estimulante. En línea con esto, los resultados de esta Encuesta indican que el 66% de las personas mayores encuestadas casi nunca realiza ejercicio, baile, deporte o gimnasia.

Ahora bien, no son solo factores o decisiones individuales de las personas mayores las que han incidido en este día a día con menos contacto social y más sedentario; muy por el contrario, debemos considerar factores de desigualdad socioeconómica, que son determinantes para la participación social en Chile. En los resultados de esta VI Encuesta, vemos que el nivel de educación y la calidad de los entornos donde viven las personas mayores, entre otras dimensiones, son relevantes para su bienestar.

Quienes tienen menor nivel educacional realizan menor actividad física y tienen una peor percepción sobre las personas mayores, que aquellos que tienen más años de escolaridad. Respecto de los entornos sociales, los participantes evalúan mal o regular la mayoría de sus características. Por ejemplo, la difusión de la información de actividades de los servicios comunitarios y el estado de las veredas y calles por donde transitan son dimensiones evaluadas con una nota apenas sobre 4,0 (en una escala que va de 1 a 7).

Estos resultados nos muestran que tanto la educación como las características del entorno social pueden estar representando dificultades o desventajas para que las personas mayores tengan una mayor vida en comunidad y se involucren en el espacio público.

Estas dificultades deben ser tomadas como un desafío tanto para las políticas públicas como para la sociedad en su conjunto. Se requiere pensar iniciativas que promuevan la inclusión de las personas mayores en sus comunidades, conociendo cuáles serían nuevos intereses o ámbitos de ocio para participar, y conjugar esa mirada con el desarrollo de entornos más amigables no solo para las personas mayores, sino para las personas de todas las edades, que hoy estamos llamadas a recuperar el tejido social y la sana convivencia en la comunidad.



Fuente: freepik.es



Fuente: freepik.es



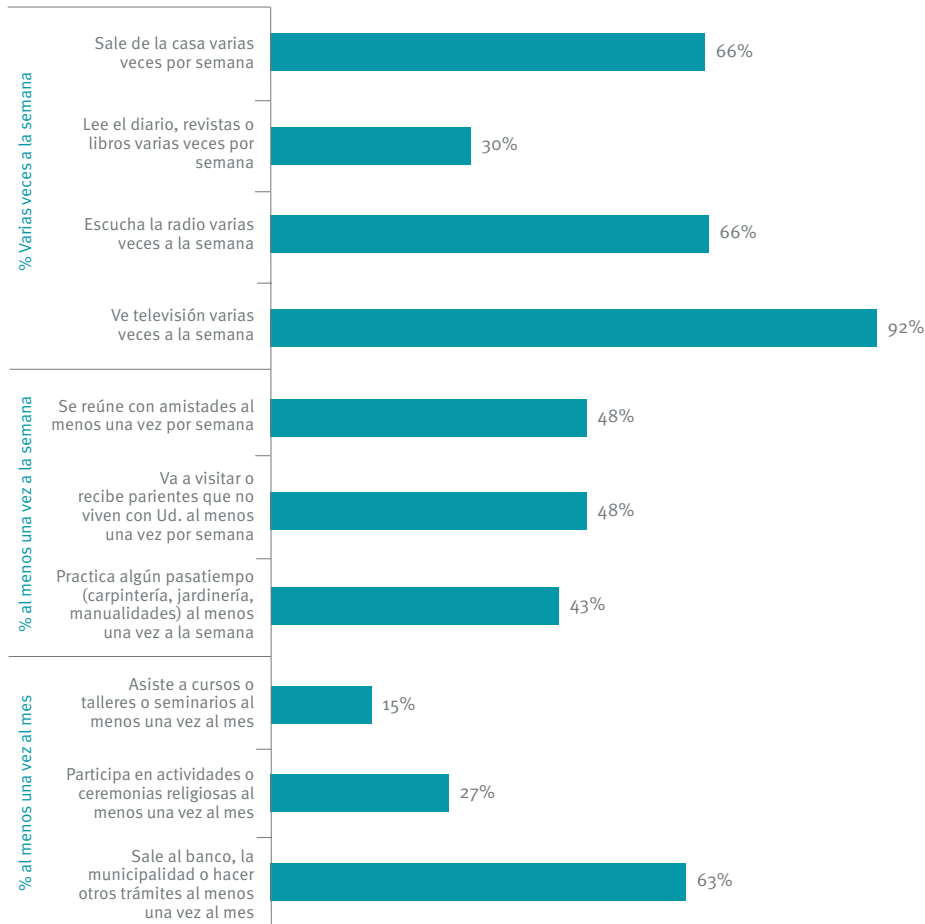
Fuente: freepik.es

# 5

1. Realización de actividades
2. Participación social
3. Percepción sobre las personas mayores
4. Percepción del entorno social

# 1. Realización de actividades

## Actividades y frecuencia de realización en los últimos 6 meses (Total Muestra 2022)



Nota: diferencias son estadísticamente significativas ( $p < 0,05$ ).

▶ Durante el 2022, la actividad que más se realizó varias veces a la semana fue ver televisión y escuchar radio.

Dos tercios de las personas mayores sale de casa varias veces por semana, pero un tercio lo hace menos seguido o no lo hace. Alrededor de la mitad de las personas mayores se reúne con amistades o con parientes menos seguido que al menos una vez por semana.



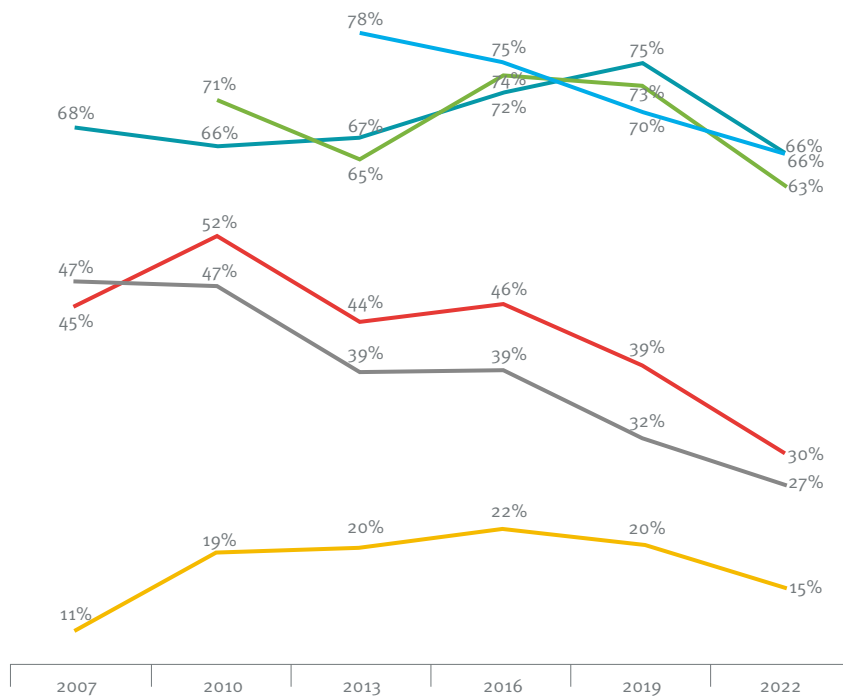
### Principales cambios en la realización de actividades

(En base a la pregunta: ¿Qué actividades realiza y con qué frecuencia las ha hecho en los últimos 6 meses?)

(Total Muestra 2007-2022)

Expresado en % Sí

- % Sale de la casa varias veces por semana
- % Escucha la radio varias veces a la semana
- % Sale al banco, la Municipalidad o a hacer otros trámites al menos una vez al mes
- % Lee el diario, revistas o libros varias veces por semana
- % Participa en actividades o ceremonias religiosas al menos una vez al mes
- % Asiste a cursos o talleres o seminarios al menos una vez al mes



Nota: diferencias son estadísticamente significativas ( $p < 0,05$ )

▶ En 2022 hay una tendencia a una baja en la realización de todas las actividades consultadas, especialmente en la lectura de diarios, revistas o libros, en salir de casa, varias veces por semana, así como también en salir a hacer trámites.

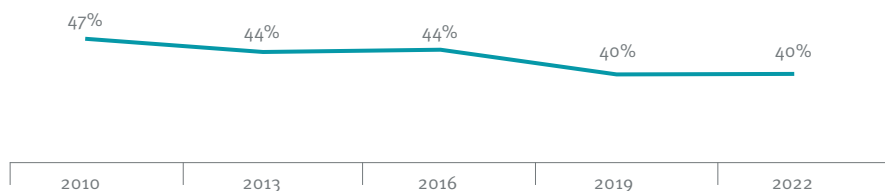


## 2. Participación social

### Participación en alguna organización

(Total Muestra 2010-2022)

% Participa



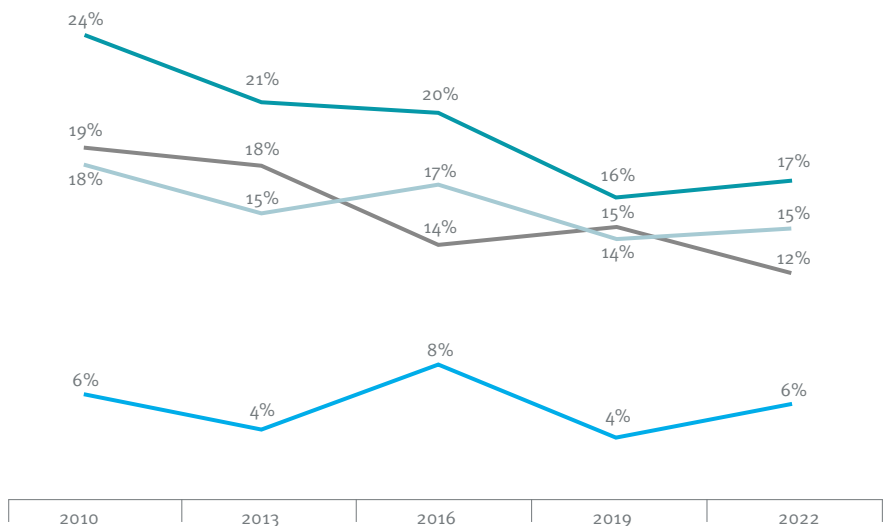
Nota: diferencias son estadísticamente significativas ( $p < 0,05$ )

### Principales organizaciones en que participan las personas mayores

(Total Muestra 2007-2022)

% Participa

- Grupo religioso o de Iglesia
- Organización de barrio o junta de vecinos
- Organización o club de adulto mayor
- Grupo o club deportivo



Nota: diferencias son estadísticamente significativas ( $p < 0,05$ )

▶ Desde el 2010 se observa una baja progresiva en la participación en alguna organización. Aunque se mantuvo estable entre 2019 y 2022.

▶ La baja en la participación social se ha dado principalmente por la menor participación en grupos religiosos o de iglesia, pero también ha disminuido la participación en organizaciones o clubes de adulto mayor. Las mujeres participan más que los hombres en organizaciones o clubes de adulto mayor.

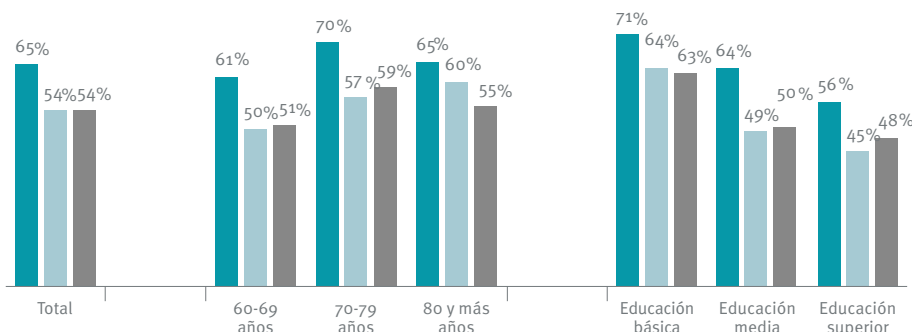
### 3. Percepción sobre las personas mayores

#### Percepciones sobre las personas mayores

(Total Muestra 2022, según edad y nivel educacional)

% De acuerdo y Muy de acuerdo

- La mayoría de las personas de 60 años o más comienzan a tener un considerable deterioro de su memoria
- La mayoría de las personas de 60 años o más tienen una serie de discapacidades que les hace depender de los demás
- La mayoría de las personas de 60 años o más se aíslan de su entorno y de quienes los rodean



Nota: no hay diferencias estadísticamente significativas por género. Las otras alternativas de respuesta son: "En desacuerdo" y "Muy en desacuerdo".

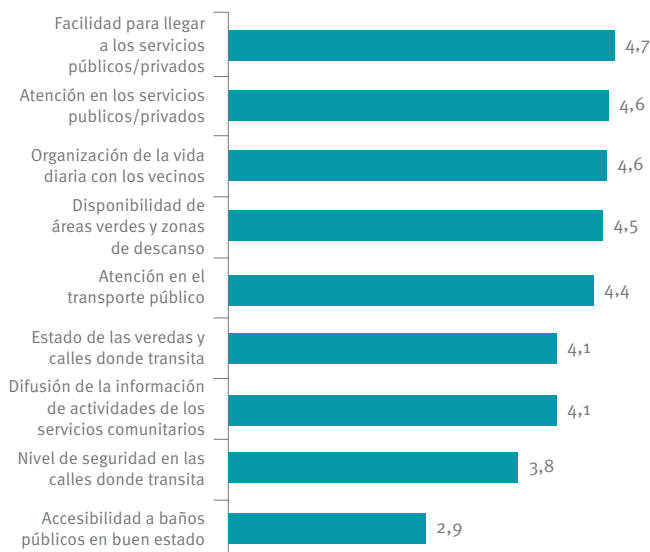
► Un 65% cree que la mayoría de las personas mayores comienza a tener un considerable deterioro de su memoria; 54% está de acuerdo con que la mayoría tiene una serie de discapacidades que lo hacen depender de los demás, o que la mayoría se aíslan de su entorno social.

### 4. Percepción del entorno social

#### Evaluación de los siguientes aspectos de su ciudad

(Total Muestra 2022)

Expresado en: Promedio de nota en escala de 1 al 7



Nota: diferencias son estadísticamente significativas (p<0,05).

► La mayoría de las características del entorno fueron evaluadas con un promedio de notas menor a 5, lo que podría considerarse como regular o malo. Los aspectos peor evaluados fueron la accesibilidad a baños públicos y el nivel de seguridad de las calles donde transita.