

www.observatorioenvejecimiento.uc.cl

Redes de Apoyo **en Personas** **60+**

Observatorio del
Envejecimiento

Para un Chile con futuro



PONTIFICIA
UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE CHILE

Compañía de Seguros

confuturo[®]
UN CHILE CON FUTURO

Introducción

Chile no se hace más joven. Día a día el número de ciudadanos de 60 años o más crece mientras que la cantidad de personas en edad de trabajo disminuye. En este sentido, el bienestar de personas mayores se ve afectada por la presencia y ausencia de organizaciones formales e informales que puedan suplir las necesidades de las personas mayores, así como de las redes de apoyo.

En el caso de las redes de apoyo, estas cumplen un rol estratégico al permitir la participación e integración de las personas mayores en nuevos roles, tanto dentro como fuera de la familia. En este contexto, el reporte del Observatorio del Envejecimiento presenta un cambio en las personas mayores, tanto en sus relaciones como en su independencia, para luego adentrarse en la participación en organizaciones y de la familia como redes de apoyo.

Asimismo, el incremento en el número de personas mayores que habitan solas es un nuevo desafío para el futuro y para los nuevos estilos de vida de nuestra sociedad. En esta línea, Sara Caro, Académica de Trabajo Social de la Pontificia Universidad Católica de Chile y doctora en Psicología de la misma casa de estudios, aportará con su experiencia en la temática de Redes de Apoyo en lo que respecta a las organizaciones de personas mayores y cómo la tercera edad lleva la soledad.

En lo que respecta a organizaciones de la sociedad civil y aquellas compuestas por personas mayores, María Paz Sagredo, socióloga y Magister en Desarrollo Social de University College London e Investigadora del proyecto Sociedad en Acción del Centro UC de Políticas Públicas, también dará luces sobre el tema.

Finalmente, las redes existentes proponen nuevos roles para las personas mayores y en lo formal no siempre responden a los intereses y necesidades que estas realmente tienen. Tal es el caso de las personas mayores participantes de los grupos focales de esta edición, quienes resaltan sus nuevas funciones como red de apoyo de sus pares. Asimismo, presentan el cambio demográfico y de sus vidas como estímulos para relacionarse con otros, entre otros hallazgos.

1. Cambios en los hogares de Chile:

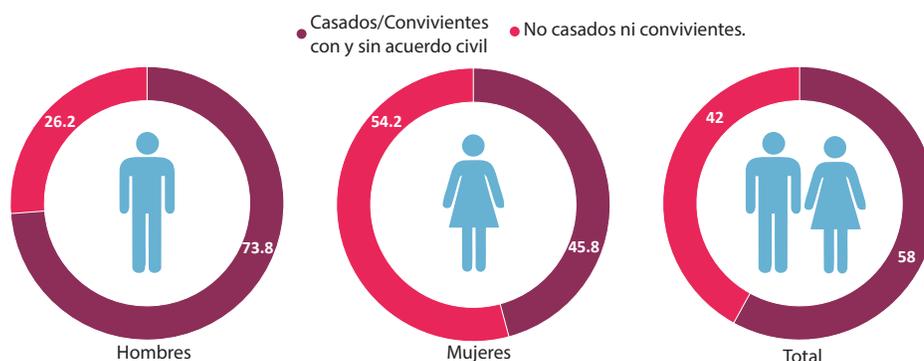
El número de personas mayores en Chile ha crecido en los últimos años de manera acelerada y lo seguirá haciendo en el futuro. La proyección actual indica que para el año 2030 existirán más de 4.5 millones de mayores de 60 años y que para el año 2050, dicha cifra aumentará sobre los 6.9 millones de habitantes. En esta línea, uno de los próximos desafíos que Chile y sus ciudadanos deben enfrentar es el de cómo estos se relacionan entre sí y las redes de apoyo de las que disponen.

La composición familiar en Chile ha cambiado, las personas ya no tienen el mismo número de hijos que hace algunas décadas ni establecen el mismo tipo de relaciones como en el pasado. Sin embargo, el rol que estas cumplen se ha mantenido: entregar apoyos e intercambios positivos entre los miembros, que ayudan a las personas a mantenerse saludables o a sobrellevar eventos adversos (Thoits, 2011). Las investigaciones sobre redes de apoyo social son claras en indicar los beneficios que estas traen para la salud de las personas mayores y en el caso chileno estas están fuertemente vinculadas con las relaciones con otros, tanto dentro como fuera de la familia (DESUC, 2015).

Algunas de las redes de apoyo directas que han estado presentes en la sociedad chilena corresponden a la pareja y la familia, las que no se encuentra excluidas del cambio social. En 1990, el porcentaje de hogares donde las jefaturas de hogar habían contraído matrimonio correspondían a 68.8%, mientras que para el año 2017 dicha cifra desciende a 39.6%. En otras palabras, durante la década de los '90, 7 de cada 10 jefaturas de hogar estaban casadas, número que disminuye a 4 en el año 2017.

El cambio de las relaciones en los hogares también ha afectado a las personas mayores de 60 años o más. Tal como se ve en la figura 1, al analizar el estado civil de este grupo, existe una mayor proporción de hombres que de mujeres casados o conviviendo: el 73.8% de los hombres ha contraído matrimonio o convive con su pareja, mientras que para las mujeres dicha cifra cae en casi 28 puntos porcentuales, hasta llegar al 45.8%. Desde la mirada opuesta, se puede observar que un 54.2% de las mujeres precisa no estar casada ni convivir con su pareja.

Figura 1. Estado civil personas mayores de 60 años o más según sexo.



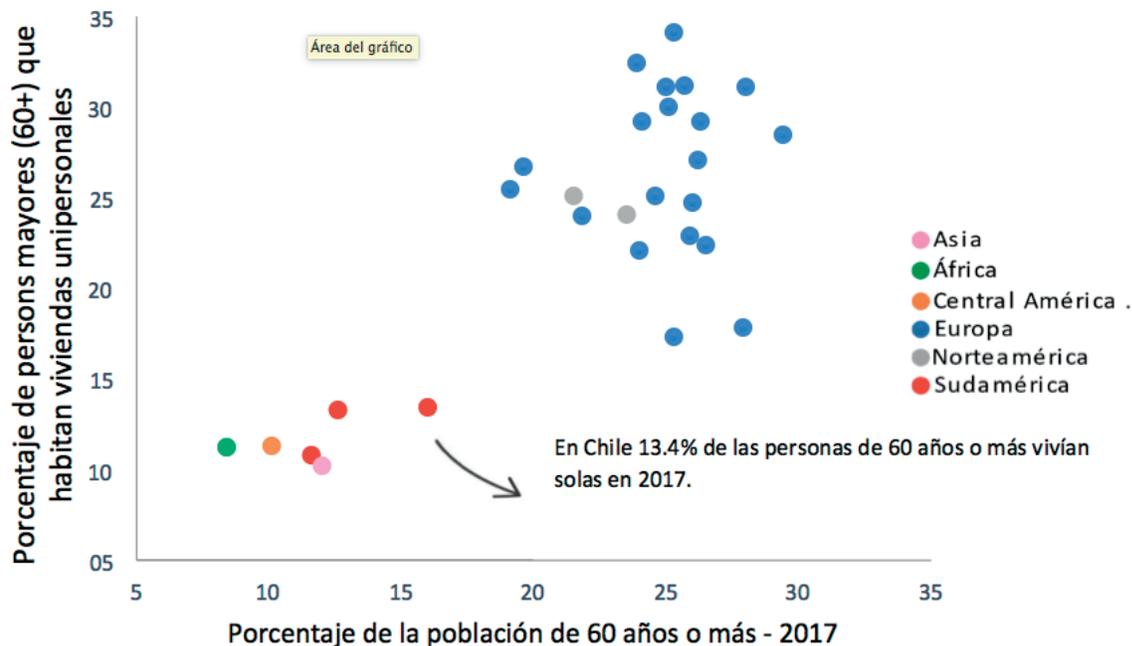
Fuente: Observatorio del Envejecimiento en base a encuesta CASEN 2017.

2. Personas mayores independientes

El aumento en el porcentaje de personas mayores que habitan viviendas unipersonales ha sido una realidad tanto en Chile como en el mundo. Tal como se observa en la figura 2, de un listado de 28 países OCDE Chile se encuentra en el lugar 23 respecto del porcentaje de personas mayores que habitan viviendas unipersonales, con su 13.4% de adultos mayores en dicha situación habitacional el país se encuentra por debajo de aquellos de Europa y Norteamérica, donde más del 18% de la población total tiene sobre 60 años y sobre el 15% de esta vive sola.

Al comparar con países específicos, la diferencia entre los que ocupan el primer y segundo lugar con Chile es de 20.7 puntos porcentuales en el caso de Reino Unido (34.1%) y de 19 puntos en el caso de Lituania (32.4%), estas cifras indican que en promedio 3 de cada 10 adultos mayores viven solos en estos países, mientras que en Chile la cifra disminuye a 1 de cada 10. Asimismo, Chile solo supera a Brasil (13.3%), México (11.3%), Sudáfrica (11.2%), Colombia (10.8%) y Turquía, este último con su 10.2% presenta el menor porcentaje de personas mayores que habitan en viviendas unipersonales entre los 28 países OCDE seleccionados.

Figura 2: Porcentaje de la población de 60 años o más y porcentaje de personas mayores que habitan viviendas unipersonales 2000-2017



Fuente: Observatorio del Envejecimiento en base a datos presentados por Naciones Unidas, División de Población y encuesta CASEN 2017.

En el caso chileno, si bien la mayoría de las personas mayores vive acompañada, cada año crece la cantidad que lo hace sola. Tal como se observa en la figura 3, según datos de la encuesta CASEN 1990-2017, el número de personas mayores que habita en viviendas unipersonales ha aumentado progresivamente. Entre 1990 y 2003 la cantidad de personas de 60 años o más que viven solas se encontraba entre el 8% y un 10%, a partir del año 2003 la tendencia es al alza de manera uniforme, pasando desde un 10.5% al 13.4% actual, lo que implica que desde **2017 existan al menos 460 mil personas mayores viviendo solas.**

Figura 3: Porcentaje de personas mayores de 60 años o más que viven en viviendas unipersonales periodo 1990-2017

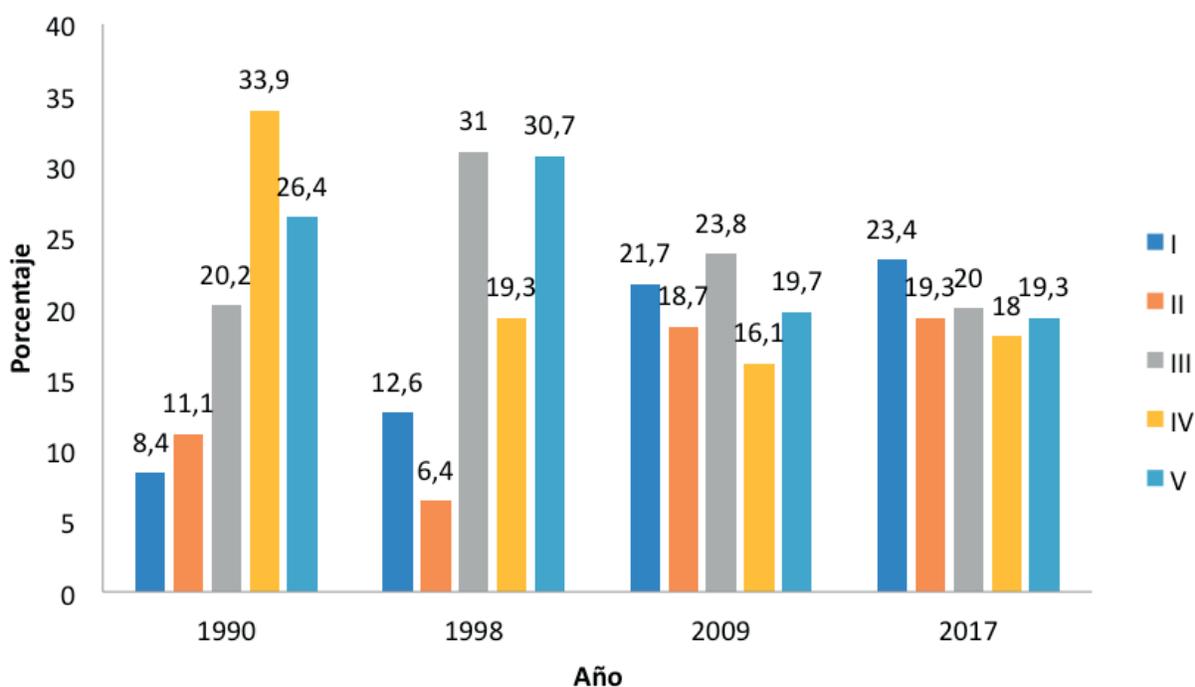


Fuente: Observatorio del Envejecimiento en base a encuesta CASEN 1990-2017

En esta línea, el ingreso monetario extra que significó la pensión básica solidaria de la reforma previsional y del pilar solidario, de 60 mil pesos en 2008 y que actualmente se encuentra entre 137 mil y 165 mil pesos según rango etario, no solo implicó un aumento general en el porcentaje de personas mayores que habitan viviendas unipersonales, sino que también un aumento en el número de personas mayores de 60 años de bajos ingresos que comenzaron a vivir solas.

Durante los años 90s la proporción de personas mayores de 60 años que pertenecían al 20% más pobre y vivían solas era inferior al 15%. Tal como se puede observar en la figura 4, ha existido un constante del número de adultos mayores de niveles socioeconómicos bajos que han mantenido su independencia, pasando del 8.4% en 1990 al 23.4% para quienes pertenecen al primer quintil en el año 2017. Cabe agregar que la cantidad de personas mayores de 60 años que habitan en viviendas unipersonales y que pertenecen a los quintiles más altos no disminuye, sino que aumenta la proporción en los quintiles más bajos.

Figura 4. Personas mayores de 60 años que habitan viviendas unipersonales según quintil, 1990, 1998, 2009 y 2017.



Fuente: Observatorio del Envejecimiento en base a encuesta CASEN 1990, 1998, 2009 y 2017.

3.0 Redes de apoyo y participación

En un país en donde el número de personas mayores de 60 años que viven solas aumenta año a año y la composición familiar cambia con cada generación, el contar con redes de apoyo -formales e informales- toma mayor relevancia.

Estas cumplen un papel importante en lo que respecta a cuidados de las personas mayores y en la entrega de nuevos significados en una etapa de la vida que suele estar relacionada a la pérdida de roles.

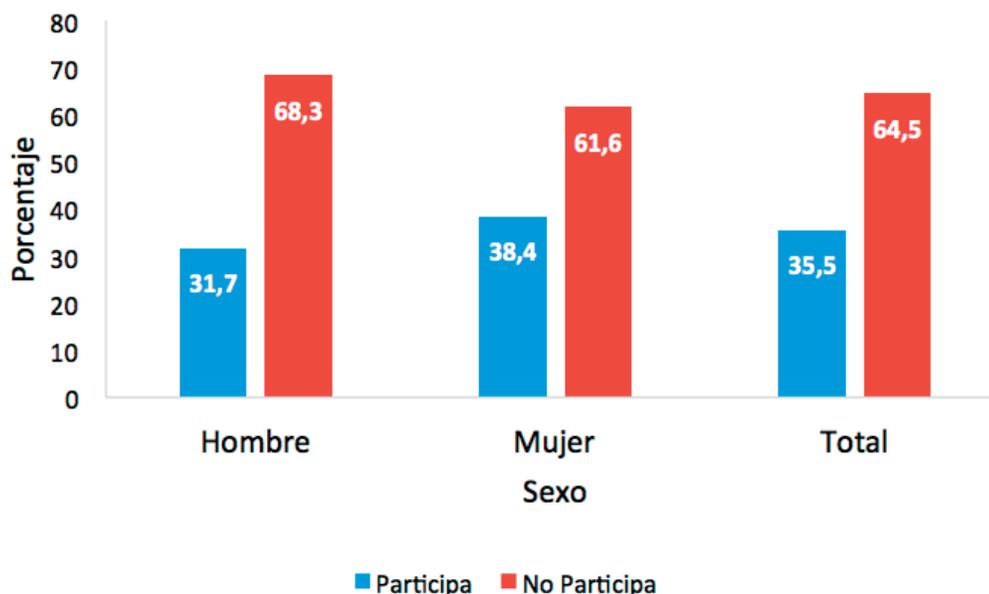
En este sentido, la participación de las personas mayores en organizaciones como juntas de vecinos, clubes de adultos mayores o agrupaciones de otra índole, les permite establecer relaciones con sus pares y con otras generaciones, manteniéndose como sujetos activos y sociales.

En el caso de Chile, los datos entregados por la encuesta CASEN indican que existe una proporción importante de personas mayores que durante el año 2017 participaron en organizaciones.

Tal como se observa en la figura 5, el 35,5% de las personas mayores de 60 años declara haber participado en alguna organización durante los últimos 12 meses. Asimismo, el grupo que presenta mayor participación corresponde a las mujeres, de las cuales un 38,4% indica que participó, mientras que, en el caso de los hombres, esta cifra cae aproximadamente 7 puntos porcentuales, llegando a 31,7%.

Asimismo, si se compara la participación de las personas mayores con respecto a la del resto de la población, se observa que en este último grupo, solo el 25% ha formado parte de alguna organización en el último año, lo que en términos proporcionales indica que solo una de cada cuatro personas menores a 60 años participa en organizaciones, como juntas de vecinos o clubes deportivos, entre otras.

Figura 5: Personas mayores que durante los últimos 12 meses participaron de alguna organización.



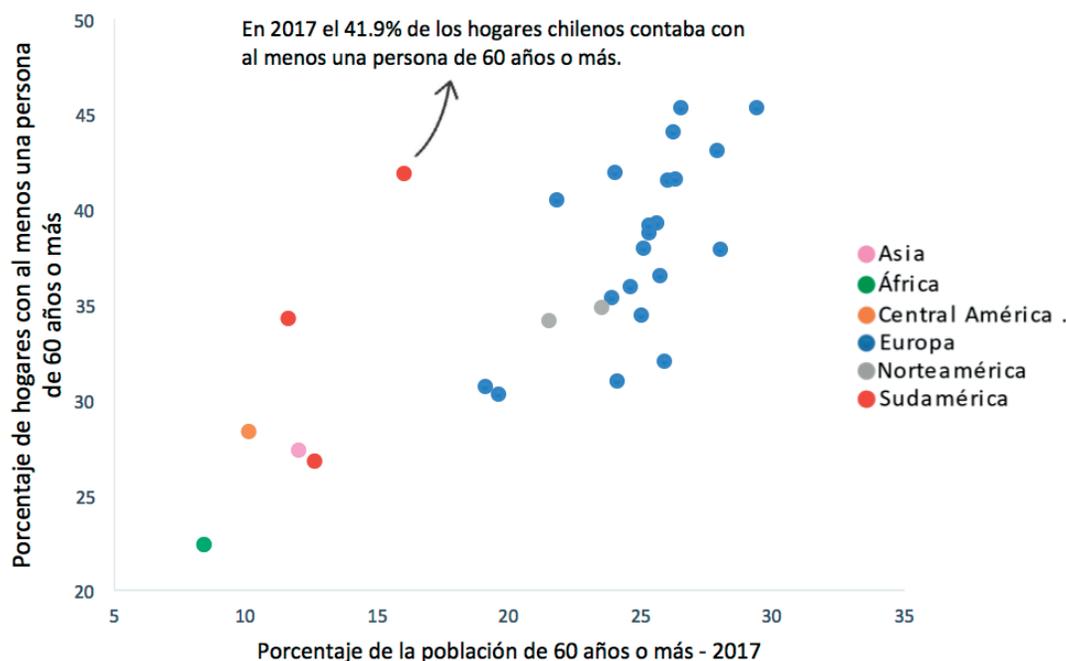
Fuente: Observatorio del Envejecimiento en base a encuesta CASEN 2017.

3.1 Redes de apoyo familiares

Las redes de apoyo se pueden encontrar en la estructura social, como la familia y amigos, y la estructura institucional, como pueden ser organizaciones gubernamentales y organizaciones de la sociedad civil. En esta línea, los beneficios de las redes de apoyo se traducen en mejoras en la calidad de vida de las personas mayores, especialmente en el bienestar subjetivo de estas (DESUC, 2015; Dykstra, 2015).

La presencia de personas mayores en los hogares también es clave a la hora de considerar los apoyos que estas pueden recibir. Tal como se observa en la figura 6, Chile es uno de los países con la mayor cantidad de hogares con al menos una persona de 60 años o más, en donde el 41.9% de los hogares cuenta con al menos una adulto mayor de 60 años o más. Otros países como Sudáfrica dicha cifra disminuye hasta llegar a que 2 de cada 10 hogares cuenta con presencia de adultos mayores. Mientras tanto, países de Europa como Grecia o Italia presentan valores levemente superiores a los de Chile con un 45% de los hogares con al menos una persona de 60 años o más.

Figura 6: Porcentaje de la población de 60 años o más y porcentaje de hogares con al menos una persona de 60 años o más 2000-2017 de 28 países OCDE.



Fuente: Observatorio del Envejecimiento en base a datos presentados por Naciones Unidas, División de Población-2018, y encuesta CASEN 2017.

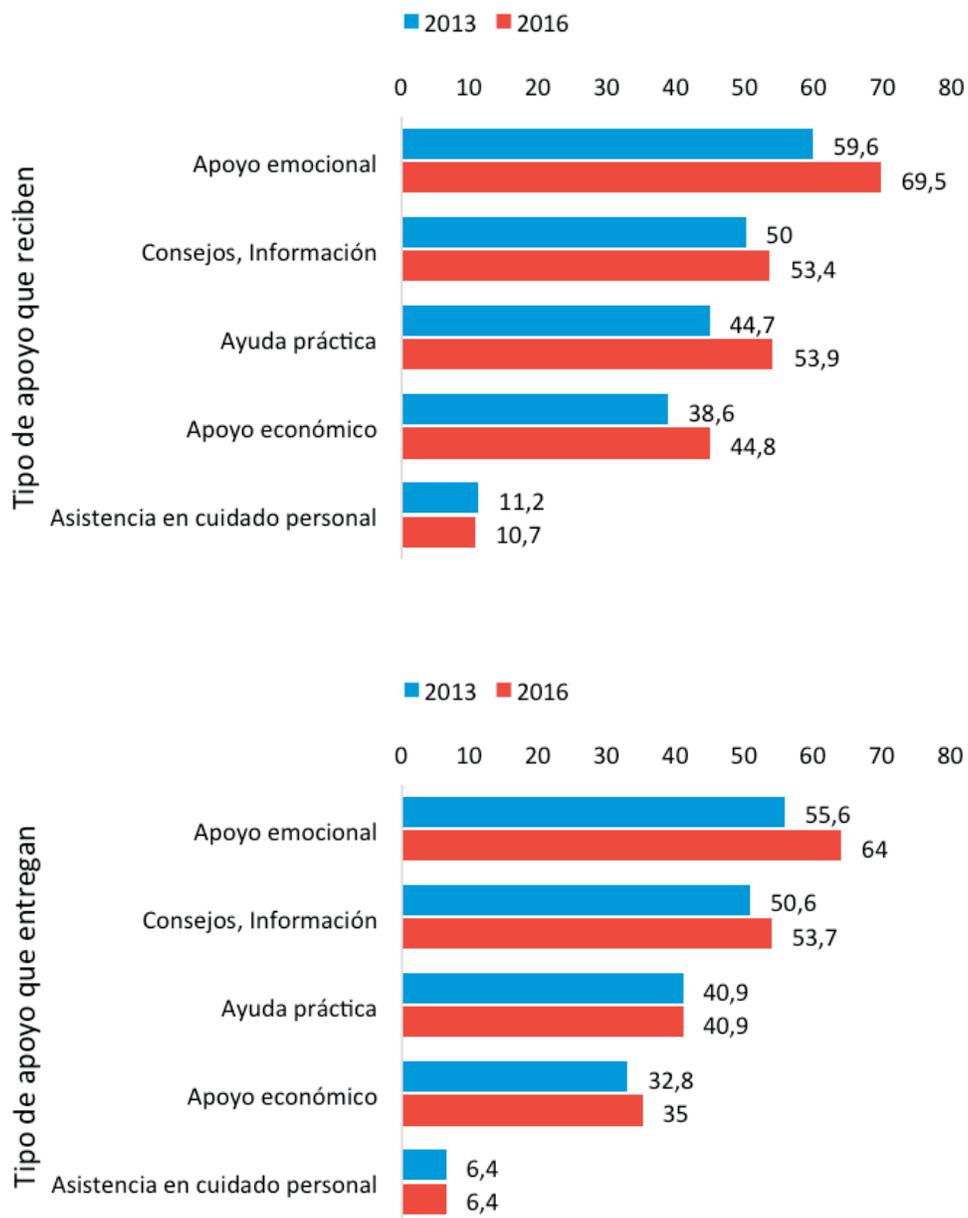
En Chile, cabe destacar que las redes de apoyo tienen asociado el componente familiar como centro (Rodríguez, 2004; Herrera, Salinas, & Valenzuela, 2011), por ello los nuevos roles y nuevas direccionalidades en la relación filial toman especial relevancia con los cambios de la estructura familiar. Ya no existe un único cuidado del hijo hacia el padre, sino que el padre, al transformarse en abuelo y al cambiar su rol de sostenedor, también entrega cuidados a sus hijos y nietos.

Las relaciones filiales son una arista importante en la sociedad chilena en lo que respecta a la entrega y recepción de apoyos (Fernandez, 2012). Tal como indica la Encuesta de Calidad de Vida en la Vejez UC - Caja los Andes 2013 - 2016, la mayoría de las personas mayores de 60 años o más declara haber recibido algún tipo de apoyo por parte de sus hijos en los últimos 3 meses y en la medición del año 2016 se observan incrementos en todos los apoyos recibidos.

Como se ve en la figura 7, las personas mayores que el año 2016 declaran haber recibido apoyo emocional por parte de sus hijos aumenta en 10 puntos porcentuales respecto del año 2013, llegando a 69.5% de los encuestados.

Asimismo, las personas mayores de 60 años o más que declaran haber entregado algún tipo de apoyo a sus hijos en los últimos 3 meses aumenta o se mantiene para cada uno de los ítems. En el caso de entregar apoyo emocional, el 64% declara haber hecho dicha acción durante el año 2016, lo que es un incremento de 10 puntos porcentuales respecto del período 2013. En esta línea, durante el año 2016 el aconsejar y apoyar económicamente a los hijos son aspectos que también aumentaron en relación con la medición anterior, mientras que la asistencia en cuidado personal y la ayuda práctica de los padres a los hijos se mantuvieron estables.

Figura 7. Personas mayores que declaran haber recibido y entregado algún tipo de apoyo a sus hijos en los últimos 3 meses



Fuente: Encuesta Calidad de Vida en la Vejez UC - Caja los Andes 2013 - 2016.

3.2 Redes de apoyo formales e informales: la visión de expertos

El Estado y la familia tienen responsabilidades distintas y por ende entregan apoyos diferentes y actúan a sus respectivos tiempos.

En este sentido, María Paz Sagredo, Socióloga, investigadora de Sociedad en Acción del Centro UC de Políticas Públicas, comenta sobre las redes de apoyo que atienden de manera más veloz a las personas mayores, estas están presentes en “fundaciones, corporaciones que trabajan con adultos mayores y que tienen residencias o programas”. La profesional identifica que estas fundaciones muchas veces vienen a suplir servicios o atender personas que las organizaciones públicas no logran recibir, ya sea por no identificar la problemática de manera temprana o por falta de recursos.

En Chile, las dificultades del sistema público también se encuentran a nivel de coordinación. Sara Caro, Académica de Trabajo Social de la Pontificia Universidad Católica de Chile y candidata a Doctora en Psicología de la misma casa de estudios, comenta al respecto: “En Chile, existen muchos servicios para las personas mayores, pero en la mayoría de las comunas esos servicios muchas veces no operan como red, operan como isla”.

Un ejemplo de la falta de coordinación se observa en el sistema de salud y su relación con otros servicios, en donde “el adulto mayor es paciente de salud, es usuario del sistema, del centro diurno y también del programa de género, pero muchas veces los servicios de salud desconocen que están haciendo los demás programas. Entonces, la pregunta es ¿por qué el adulto mayor no forma parte de una red, sino que tiene 3 servicios aislados?”, indica Sara Caro.

Si bien el hecho de que los servicios entregados por el sistema público y organizaciones de la sociedad civil no siempre actúan de manera coordinada, sí cumplen una labor importante. El empoderamiento y la mejora de la calidad de vida de los adultos mayores siguen siendo el norte al que apuntan. “Cuando hablamos de fundaciones y de servicios, estas también cumplen un rol importante con los programas que tienen relación con el liderazgo, el fomento a la autonomía y a mejoras a la calidad de vida del adulto mayor”, afirma la académica.

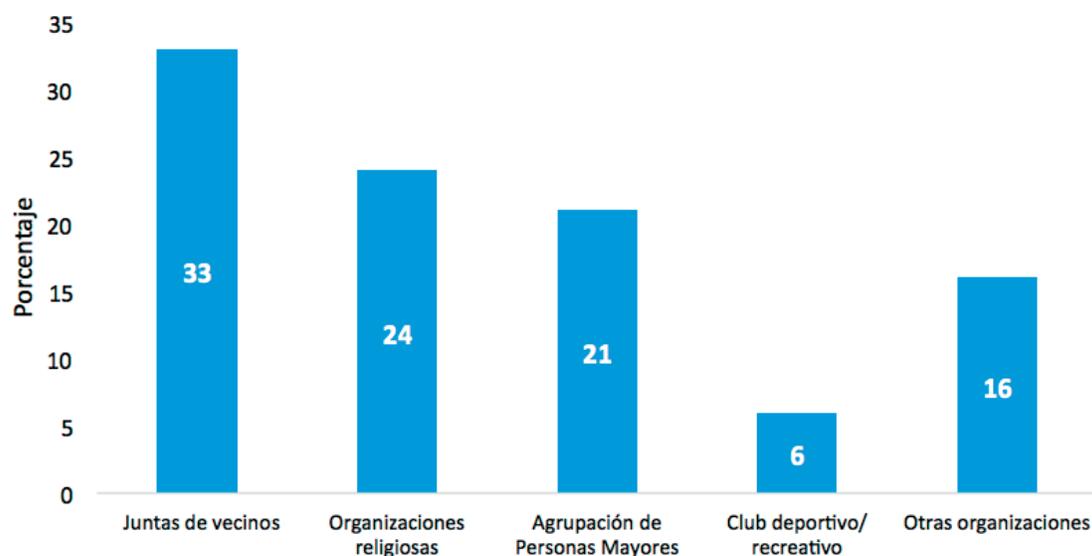
La presencia de fundaciones y de servicios juega un rol importante en la calidad de vida de las personas mayores. María Paz Sagredo agrega que **“no podemos olvidar las organizaciones de las personas de 60 o más años en Chile, los clubes del adulto mayor, algunos más temáticos, como las de pensionados o de grupos folclóricos senior. Es un mundo bien heterogéneo y lo importante es que son organizaciones compuestas de adultos mayores”**.

En esta línea, Sara Caro complementa respecto de la velocidad de acción que pueden tener las organizaciones de pares: **“Las redes compuestas por pares ayudan mucho a intervenir tempranamente. La red de apoyo en el grupo ya sea de alguna organización, de la parroquia, de los amigos o de los vecinos, muchas veces entrega apoyo emocional o económico mucho más rápido que cualquier servicio o fundación”**.

Las organizaciones de personas mayores cumplen un rol importante entre quienes superan la barrera de los 60 años. María Paz Sagredo habla sobre la alta presencia nacional que estas tienen: **“Existen más de 13 mil agrupaciones de personas mayores a nivel nacional, no solo los clubes de adulto mayor, sino que también agrupaciones temáticas, como sindicatos o incluso grupos de baile”**.

Según datos de la encuesta CASEN 2017 (Figura 8), la principal organización en la que participan las personas mayores de 60 años o más corresponde a juntas de vecinos, con un 33%, le siguen las organizaciones religiosas con un 24% y luego las agrupaciones integradas por sus pares, que concentran un 21% de participación.

Figura 8. Durante los últimos 12 meses ¿ha participado en alguna de las siguientes organizaciones o grupo organizado?, personas mayores de 60 años o más, 2017.



Fuente: Observatorio del Envejecimiento en base a encuesta CASEN 2017.

Frente a las funciones que pueden tener las organizaciones compuestas por personas mayores, Sara Caro entrega sus recomendaciones, entre las cuales está el empoderamiento de las personas mayores como agentes de cambio ya que existe la necesidad de “pensar que hay adultos mayores que pueden adquirir ciertas herramientas y después replicarlas con sus pares, tienen la capacidad de formar redes de apoyo entre ellos”, comenta.

Asimismo, la realidad nacional ha demostrado que “es muy difícil para las instituciones ponerse de acuerdo y en el caso de redes de apoyo creo que, entre las personas mayores, es mucho más factible que se organicen”, cuenta la académica. En este sentido, el estadillo social ha puesto en primera línea la realización de actividades de discusión y de apoyo: “para efectos de la organización frente a la contingencia nacional, hay grupos de personas mayores poniéndose de acuerdo, organizándose para los cabildos, para manifestarse”, dice Sara.

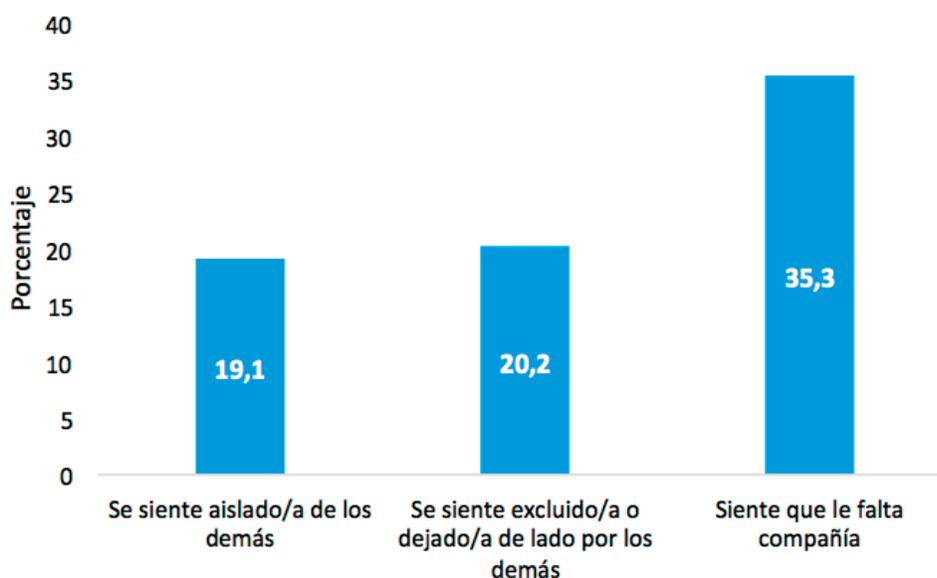
El promover el desarrollo de adultos mayores activos también es una de las preocupaciones que las propias personas mayores identifican. Tal como indica la académica: “son las mismas personas mayores quienes quieren actuar. Muchas veces comentan: ‘¿Por qué tenemos que esperar que alguien venga y haga cosas?’. Siempre hay una persona mayor que está más empoderada y se pregunta: ‘Bueno, ¿por qué tengo que esperar?’. Ya no existe la idea de personas mayores pasivas, sentadas y esperando que la vida les pase”.

4. Soledad y redes de apoyo

El rol de la red de apoyo, familiar, organizacional o de pares, ha perdurado en el tiempo y se mantendrá como una arista crucial para las personas mayores, sobre todo considerando los cambios demográficos y el cambio en los hogares chilenos. En esta línea, Sara Caro habla respecto del grupo de adultos mayores que están empezando a vivir solos y diferencia esto del sentimiento de soledad: "cuando hablamos de personas mayores no es lo mismo que vivan solos y que se sientan solos, una cosa es que la persona mayor viva sola porque quiere, porque se siente autónoma, y otra cosa es que se sienta sola. Una de las razones para sentirse solos es que la red familiar no siempre opera de la mejor manera, ya sea porque hay historias no resueltas a lo largo de la vida o porque existe mucho estrés en esta red".

Tal como se observa en la figura 9, la Encuesta Calidad de Vida en la Vejez 2016 UC - Caja los Andes 2013 - 2016 indica que el sentimiento de falta de compañía es uno de los más frecuentes entre las personas mayores, presentándose en un 35.3% de los encuestados.

Figura 9. Percepción de aislamiento social entre personas mayores de 60 años o más (% respuestas "a veces" y "a menudo").



Fuente: Encuesta Calidad de Vida en la Vejez UC - Caja los Andes 2013 - 2016.

Según la académica, los nuevos cambios en la composición familiar y en el concepto de familia han llevado a que se consideren nuevos roles y nuevas formas de ser familia, ya que "hoy en día estamos entendiendo que la familia no es necesariamente esa fuente de amor que siempre nos dijeron. Somos más realistas de la diversidad familiar y lo que implica para los adultos mayores, ya sea que se sientan presionados a cuidar a los nietos o que se sientan abandonados".

5. ¿Qué piensan las personas mayores?

Las personas mayores que participaron en esta edición resaltaron 5 temáticas principales referidas a redes de apoyo y a la contingencia nacional: **razones para participar de agrupaciones/redes de apoyo, la amistad como red de apoyo, intereses en como las redes de apoyo formales las pueden ayudar, personas mayores como red de apoyo de otros y las protestas como un método de expresión.**

5.1 ¿Por qué participan de redes de apoyo entre pares?

Razones de la participación

Las personas mayores que participaron en esta edición resaltaron 5 temáticas principales referidas a redes de apoyo y a la contingencia nacional: **razones para participar de agrupaciones/redes de apoyo, la amistad como red de apoyo, intereses en como las redes de apoyo formales las pueden ayudar, personas mayores como red de apoyo de otros y las protestas como un método de expresión.**

Entre los participantes se identifican dos razones principales para ser parte de agrupaciones y redes de apoyo compuestas por personas de 60 años o más:

- Oportunidades de interacción con otras personas de su edad.
- Proveer beneficios de apoyo: psicológicos y fisiológicos.

OPORTUNIDADES DE INTERACCIÓN CON OTROS ADULTOS MAYORES.

La composición demográfica de los barrios donde viven los participantes y la manera en que se llevan a cabo las interacciones en estos los empujó a buscar lugares específicos donde existan personas con las que compartir e interactuar. Tal como indica Sofía de 74 años, jubilada, “yo participo de grupos de personas mayores porque busco comunicarme con más gente de mi edad. Donde yo vivo toda la gente es joven y este es un lugar que es apropiado para mí”.

En el caso de Ana Luisa de 61 años, cocinera, considera el barrio donde vive como poco sociable y comenta: “hace 7 años llegué a vivir a mi comuna y es un barrio donde los vecinos no se saludan. Yo salía a recorrer y a buscar donde poder hacer un taller, compartir con otras personas, y me encontré con varios, de los que me gusta participar”.

Este sentimiento de distanciamiento que existe con las otras generaciones también fue compartido por otros participantes, quienes reiteraron que la mayor presencia de personas jóvenes y de individuos en edad de trabajo los empujó a buscar instancias de esparcimiento con personas de su misma edad:

“Mi esposo -por su edad- tiene problemas para moverse, para salir, y donde vivo es gente joven o todos trabajan y no tengo con quien hablar. Entonces yo necesitaba un espacio así, un espacio donde salir, compartir y divertirme” (Janet, 65 años, jubilada).

BENEFICIOS DE APOYO: PSICOLÓGICOS Y FISIOLÓGICOS.

La literatura es clara al indicar los beneficios para las personas mayores que implica el mantenerse activos socialmente y compartir en redes: mejora su autoestima (Zavala, Vidal, Castro, Quiroga, & Klassen, 2006), presentan una percepción de bienestar subjetivo positiva (DESUC, 2015; Thoits, 2011), entre otras. Para las personas mayores que se han enfrentado a acontecimientos complejos, enfermedades psicológicas, como depresión, o fisiológicas, como la enfermedad de Parkinson, la participación en agrupaciones juega un rol importante a la hora de entregar apoyos para hacer frente a estos eventos. Tal como indica Marta de 62 años, asesora del hogar, que luego de la pérdida de un ser querido recurrió a una agrupación de personas mayores: “luego de que falleciera mi mamá, tuve depresión y busqué un lugar, un espacio donde compartir con otras personas para salir de la casa, porque la casa es la rutina, y aquí me encontré con estas compañeras”.

Imagen 1. Focus Group redes de apoyo.



En la imagen, participantes de uno de los focus group de la edición de Redes de Apoyo, quienes compartieron con nuestro equipo sus experiencias, intereses y preocupaciones.

Asimismo, Juana complementa con su vivencia personal: “los grupos me han ayudado. Yo voy pasando por una etapa difícil de la enfermedad de mi marido y me ayudan, me preguntan cómo estamos, cómo nos sentimos, han sido un apoyo para mí”.

Algunos de los participantes indican que la participación entre pares y la realización de actividades trae consigo beneficios tanto para mejorar el estado físico como para establecer amistades: “Yo sufro de epilepsia y mi neuróloga me dijo que era bueno participar de algún taller que a mí me gustara. Y cuando el neurólogo me dijo que buscara algo, retomé varias actividades y me ayudan bastante, me hace sentir mejor. Es como dicen los demás, uno va a un taller, comparte con las amigas y se olvida un poco de todo” (Janet, 65 años, jubilada).

En esta línea, la participación en actividades deportivas es identificada como un beneficio complementario a la salud y a las relaciones sociales: “hay muchas actividades que me fortalecen en cuanto a la parte física. En mi club también tenemos gimnasia para el adulto mayor y me siento bien cuando participo con mis compañeras” (Sofía, 74 años, jubilada).

Finalmente, el compartir con sus pares en un contexto de mayor confianza es visto de manera positiva por todos los participantes. Algunos indican que esto los hace recordar su juventud, tal como indica Sofía: **“yo tengo 74 años y cada vez que nos juntamos o salimos me siento como de 18”**.

5.2 La amistad entre pares como red de apoyo

Las redes de apoyo entre pares en personas mayores conllevan amistades y confianzas entre los individuos. En esta línea, los adultos mayores indican que sus redes de apoyo también son sus amigos y que la amistad establecida los ayuda a escapar de la monotonía del día a día. Hilda de 67 años, jubilada y profesora de educación básica comenta **“Una se relaja con los amigos, con los del club y con los de afuera. Sales de la rutina, te olvidas de los problemas que tienes en la casa, porque compartimos todo: es risa, es llanto, es enojarse”**.

Asimismo, Marisol de 63 años, jubilada, enfatiza en el rol de la amistad en su propio contexto: “yo vivo sola. Entonces, vengo a participar porque me sentía sola, no tenía amigas. Y yo en Santiago los fines de semana los paso con mi marido cuando viene y no tengo donde salir...así que recurro al grupo, ellas son mis amigas”.

Quienes integraron los focus group identifican la amistad y las instancias donde se relacionan con sus pares como espacios de confianza: “Nosotros siempre decimos, ‘De aquí de la puerta, no tiene que salir para la calle’. Siempre decimos que lo que se habla y pasa se queda entre nosotros. Porque para mí es un espacio para desahogarme, para hablar de algún problema que tenga con mis hijos”, indica Marta. Esta función es resaltada por el resto de los participantes, quienes declaran que es un contexto en donde “se puede conversar de todo libremente”.

En esta línea, el rol de las organizaciones y de las redes de apoyo para formar lazos de amistad toma mayor relevancia cuando se considera que uno de cada cuatro personas mayores declara no tener amigos cercanos (CEVE-UC, 2017). El contexto en el que se desempeña esta población puede reforzar la sensación de aislamiento si consideramos las declaraciones anteriores, referidas al cambio en cómo se relacionan las personas en sus barrios, lo que se presentó a lo largo del grupo focal con declaraciones como las entregadas por Sofía y Tamara:

“En los pasajes y en las poblaciones ya no se conversa entre los vecinos. Y nadie se pregunta de nada” (Sofía, 74 años, jubilada).

“Los vecinos ya no hablan, puede estar pasando algo o pueden estar robando en tu casa y nadie se preocupa” (Tamara, 61 años, feriante).

5.3 Redes de apoyo formales

Las redes de apoyo formal que identifican se encuentran en los programas públicos como Adulto Mejor y en algunos servicios entregados por los municipios, como paseos y atenciones de salud. Sin embargo, los participantes desean contar con instancias de apoyo que estén en línea con sus necesidades e intereses: **“Sería bueno que en mi grupo nos visitará alguna asistencia social o psicóloga, alguien que nos hable de algún tema que nos interese o que nos capaciten, por ejemplo, en desarrollo personal o que nos escuchen como ustedes”**, dice Maximiliano de 70 años, quien trabaja reparando equipos médicos.

Asimismo, si bien se valoran las instancias de dispersión entregadas por las autoridades de la comuna, se considera que no responden a todas las necesidades de las personas mayores, tal como indica Hilda al ser consultada: **“Las autoridades ayudan, a veces nos prestan un bus y nos llevan de paseo a la playa o algo por el estilo, pero nosotros tenemos otras inquietudes”** (Hilda, 67 años, jubilada).

Una de las mayores necesidades planteadas por parte de las personas mayores corresponde a contar con instancias de participación donde sus intereses sean tomados en cuenta. En este sentido, la creación de programas de perfeccionamiento y de envejecimiento activo juega un rol fundamental, ya que las personas mayores participantes consideran el proceso del envejecimiento por el que pasan como una oportunidad de desarrollarse tanto en lo profesional como en lo personal:

“Nos encantaría que nos manden profesores, que envíen a alguien que nos enseñe cosas nuevas” (María, 62 años, secretaria).

“Me gustan los paseos a la playa, pero yo quiero un grupo en el que nos escuchen a todas y que nos inviten a cosas que nos interesen, que aprendamos algo” (Ana, 61 años, cocinera).

5.4 Personas mayores como red de apoyo

Una particularidad de algunos de los participantes de los grupos focales realizados corresponde a que **ellos también cumplen la función de ser una red de apoyo de otras personas mayores y de otros grupos etarios.**

En el primer caso, algunos participantes que pertenecen a un grupo de tejido indican ayudar a personas mayores: “nos pusimos de acuerdo y visitamos a un grupo de abuelitos que está en situación de abandono en un hospital cerca de Cajón del Maipo. Les hicimos unas frazaditas para sus piernas y cada una llevó lo que ella quería: gorritos, mantitas, etc.” (Marta, 61 años, asesora del hogar).

Para Sofía, Ana y Marta, quienes participan de la misma agrupación de tejido, el poder aportar a su comunidad juega un rol muy importante. Tal es el caso de su relación con un hospital público, para el cual crean ajuares y mantas de apego para la unidad de neonatología: “Nosotras todos los años en noviembre, para el día del neonatólogo, llevamos un regalito al hospital. Nos pusimos de acuerdo y cada una borda 3 mantitas de apego a crochet. Los funcionarios y las madres se alegran mucho de recibirlos”.

5.5 ¿Y la contingencia nacional?

Para finalizar, la contingencia nacional fue algo que presentó interés por parte de los participantes. Instancias como cabildos y manifestaciones pacíficas son altamente valorados. En sus propias palabras, estas instancias son “un espacio para dar su opinión” y “para expresar sus inquietudes”. En este sentido, Marisol, comenta sobre su participación reciente: “el sábado pasado formé parte de un cabildo y nos vamos a juntar este sábado para continuar algunas dudas que quedaron. Es una instancia muy importante para mí, porque me escuchan y puedo hablar con jóvenes y gente igual de vieja que yo” (Marisol, 63 años, jubilada).

Si bien fueron pocas las personas que participaron de las instancias mencionadas las opiniones son unánimes respecto al rol de estas: son instancias donde ellos pueden ser protagonistas y donde pueden ser escuchados.

PALABRAS FINALES

En este reporte del Observatorio del Envejecimiento se han presentado algunos de los cambios demográficos que han influenciado las relaciones y la composición de los hogares en el país. Las nuevas formas de convivencia de las personas mayores, así como el aumento constante de de 60 años o más que habitan en viviendas unipersonales y el cambio en el estado civil de esta porción de la población, plantean nuevas preguntas en términos de políticas públicas del futuro tales como: ¿Cómo preparamos a un país en el que la tasa de natalidad cae cada año? o ¿quién cuidará a las personas mayores del futuro, que no tienen hijos ni familiares que se puedan hacer cargo de ellos?

Frente a este nuevo contexto, la participación y la formación de redes de apoyo toma un nuevo significado. Organizaciones formales e informales entregan servicios y responden a algunas de las necesidades que las personas mayores de hoy requieren satisfacer. En este sentido, la alta presencia y participación de adultos mayores en organizaciones de pares debe ser impulsada para así empoderar a sus participantes, y en el caso de las organizaciones formales y gubernamentales, estas deben alinearse con las necesidades e intereses de una población que, en palabras de ellos mismos, busca desarrollarse en las distintas aristas de su vida.

En el aspecto filial, la familia sigue jugando un rol fundamental, manteniéndose y aumentando la reciprocidad de padres a hijos y de hijos a padres entre el año 2013 y 2016. Sin embargo, cabe preguntarse cómo estas relaciones cambiarán en los próximos 20 a 30 años, considerando la disminución en la tasa de natalidad y el cambio en la convivencia de la población en general. Especial atención requerirá el grupo de personas mayores que viven solas, las que año a año aumentan en cantidad, especialmente en los primeros quintiles.

Las personas mayores declaran encontrar en sus pares una fuente de apoyo emocional importante, esta los ayuda a sobrellevar eventos complejos de la vida como el fallecimiento de un pariente o enfermedades crónicas. Asimismo, consideran que las relaciones en los barrios actuales presentan una barrera generacional y de roles, creando un otros entre los jóvenes y las personas en edad de trabajo, lo que dificulta la convivencia intergeneracional.

Estos son solo algunos de los hallazgos de este reporte, los que buscan invitar a las personas mayores y a todos quienes atraviesan por el proceso de envejecimiento a pensar en su propio contexto y en sus relaciones con otros, sean amigos, pareja o redes de apoyo.

Principales Conclusiones

En este reporte del Observatorio del Envejecimiento se han presentado algunos de los cambios demográficos que han influenciado las relaciones y la composición de los hogares en el país. Las nuevas formas de convivencia de las personas mayores, así como el aumento constante de personas de 60 años o más que habitan en viviendas unipersonales y el cambio en el estado civil de esta porción de la población, plantean nuevas preguntas en términos de políticas públicas del futuro tales como: ¿Cómo preparamos a un país en el que la tasa de natalidad cae cada año? o ¿quién cuidará a las personas mayores del futuro, que no tienen hijos ni familiares que se puedan hacer cargo de ellos?

Frente a este nuevo contexto, se vuelve fundamental entender la relevancia que adquiere la formación de redes de apoyo, más aún si se tiene como antecedente que de acuerdo con la última encuesta CASEN, más de un tercio de los adultos mayores encuestados declaran haber participado de alguna organización durante el último año.

Este escenario levanta una alerta sobre la necesidad de promover que tanto las organizaciones formales como las informales, entreguen servicios que respondan a las principales necesidades que las personas mayores de hoy requieren satisfacer. Para los adultos mayores, el contar con redes de apoyo les permite empoderarse, y adquirir nuevos roles, en una etapa de la vida en donde estos se ven enfrentados a múltiples cambios. De hecho, incluso el rol al interior de la familia se ha visto afectado, especialmente si consideramos que en su día a día, un 13.4% habita en vivienda unipersonales. Esto significa que desde el 2017 existen al menos 460 mil personas mayores viviendo solas.

Si a esta cifra se le suma que 4 de cada 10 adultos mayores declaran no estar casados ni convivir con su pareja, pone en relevancia la urgencia de generar instancias en donde las organizaciones, formales y gubernamentales, se alineen con las necesidades e intereses de una población que busca más oportunidades de desarrollo en las distintas aristas de su vida.

En Latinoamérica y Chile la familia sigue jugando un rol fundamental. La reciprocidad de padres a hijos y de hijos a padres tiene una alta prevalencia entre los años 2013 y 2016, así como el apoyo de pares, el cual se alza como un tema importante de contemplar. En este sentido, los cambios en la estructura familiar nos invitan a preguntar. Esta ¿seguirá siendo la tónica?.

Las personas mayores declaran encontrar en sus pares una fuente de apoyo emocional importante, que los ayuda a sobrellevar eventos complejos de la vida, como puede ser el fallecimiento de un pariente o vivir con alguna enfermedad crónica. Asimismo, consideran que la relaciones en los barrios actuales presentan una barrera generacional y de roles, arista sobre la cual urge trabajar para aportar a una sociedad en donde este grupo etario pueda moverse en ciudades más amigables. Con todo lo anterior, el reporte de Redes de Apoyo busca invitar a las personas mayores y a todos quienes atraviesan por el proceso de envejecimiento a pensar en su propio contexto y en sus relaciones con otros, sean amigos, pareja o redes de apoyo y extiende la invitación a buscar soluciones a una realidad que requiere de la colaboración de toda la sociedad.

4 Bibliografía

CEVE-UC. (2017).

Chile y sus mayores: 10 años de la Encuesta Calidad de Vida en la Vejez UC - Caja los Andes.

DESUC. (2015).

Tercer Barómetro de la Felicidad. El Bienestar Subjetivo de los Chilenos: La importancia de Nuestros Vínculos. . Dirección de Estudios Sociales del Instituto de Sociología de la Universidad Católica.

Dykstra, P. (2015).

Aging and Social Support. The Blackwell Encyclopedia of Sociology, 1-5.

Herrera, S., Salinas, V., & Valenzuela, E. (2011).

Familia, pobreza y bienestar en Chile: un análisis empírico de las relaciones entre estructura familiar y bienestar. Temas de la Agenda Pública, 1-20.

María Beatriz, F. (2012).

Solidaridad intergeneracional y ambivalencia en las relaciones paterno-filiales ante el creciente envejecimiento poblacional en Santiago de Chile.

Rodriguez, P. (2004).

La familia en Iberoamérica. Bogotá: Convenio Andrés Bello.

Thoits, P. A. (2011).

Mechanisms linking social ties and support to physical and mental health. Journal of Health and Social Behavior, 145-161.

Zavala, M., Vidal, D., Castro, M., Quiroga, P., & Klassen, G. (2006).

Funcionamiento Social del Adulto Mayor. Ciencia y Enfermería, 53-62.