

Soledad en la vejez: ¿Factor de riesgo o circunstancia biográfica?

Jean Gajardo J, TO, MA
Doctor(c) en Salud Pública

Envejecimientos normativos: ‘formas, mecanismos o procesos que se naturalizan y cuya extensión y reproducción los convierte en norma social’

Zamora G. Prestación de cuidados y envejecimiento en personas sin hijos. S/N

Sin hijos, LGBT, migrantes, calle, ruralidad, solteros(as), entre otros

Gerontología crítica: Atención con lo homogenizante de lo ‘activo’, ‘saludable’, ‘positivo’ ...

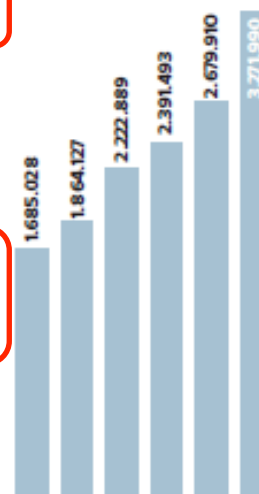
Rozanova J. Discourse of successful aging in The Globe & Mail: Insights from critical gerontology. J Aging Stud; 2010;24(4):213–22.



200 mil chilenos podrían convertirse en “huérfanos mayores” en su vejez

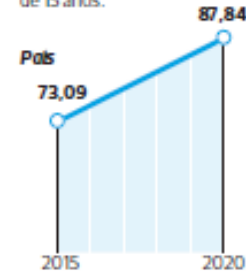
CRECIMIENTO DE LOS ADULTOS MAYORES EN EL PAÍS

Total de población mayor de 60 años



Índice de adultos mayores (pcm 15)

Número de mayores de 60 años por cada 100 menores de 15 años.



Personas con 100 o más años



► Los “elder orphans” son mayores de 65 años, sin hijos o pareja y por ello, sin redes de apoyo que los cuiden.

► 77 mil hombres y 130 mil mujeres en Chile son solteros o viudos y podrían encajar en esta nueva categoría senil.

Cecilia Yáñez

Clarence Blackmon tiene 81 años, vive en Carolina del

adultos mayores que envejecen solos o “elder orphans” como los bautizaron en EE.UU. Hoy, un tercio de los

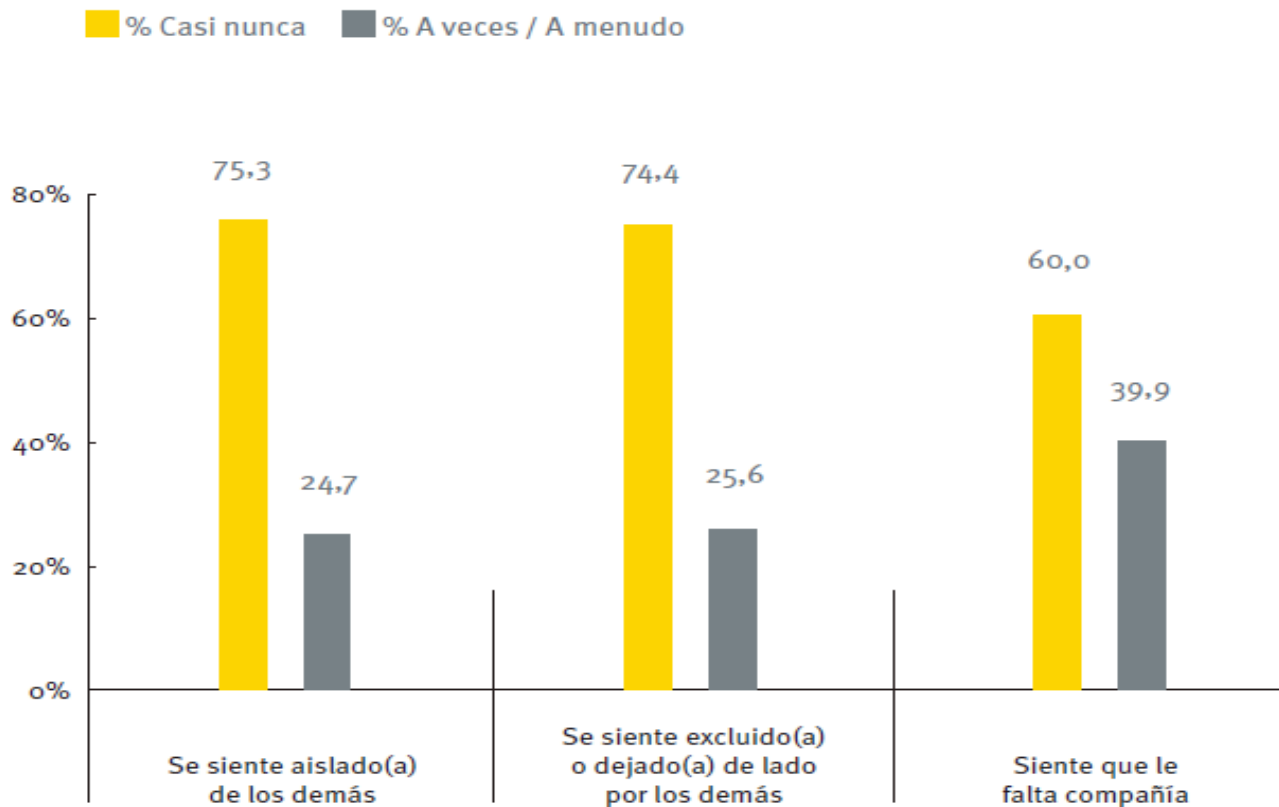
que, dado el envejecimiento de la población y el aumento de solteros o personas sin hijos, irá en aumento.

riamente, están solos, explica la directora del Senama, Rayén Inglés. “Muchos son autovalentes y no necesitan



70 000 adultos mayores viven en soledad

¿Qué significa VIVIR EN soledad?



40% de las personas mayores ha sentido que a veces o a menudo le hace falta compañía.

1 de 4 personas mayores se siente excluida o aislada de los demás.

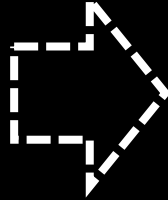
Mayoría vive con su familia (70%).

15% vive solo(a).

- **La mayoría de las personas mayores considera que la responsabilidad hacia el adulto mayor debe recaer principalmente en la familia.**
- **Ante situaciones de fragilidad o dependencia las personas mayores prefieren acudir a su familia cercana, principalmente hijos(as).**
- **45,7% de los mayores estaría dispuesto(a) a asistir un centro de día.**

Aislamiento (isolation, solitude)

Medida 'objetiva' del número de interacciones sociales de una persona con otras



Soledad (loneliness)

Experiencia 'subjetiva' de insatisfacción con el número o la calidad de los contactos sociales

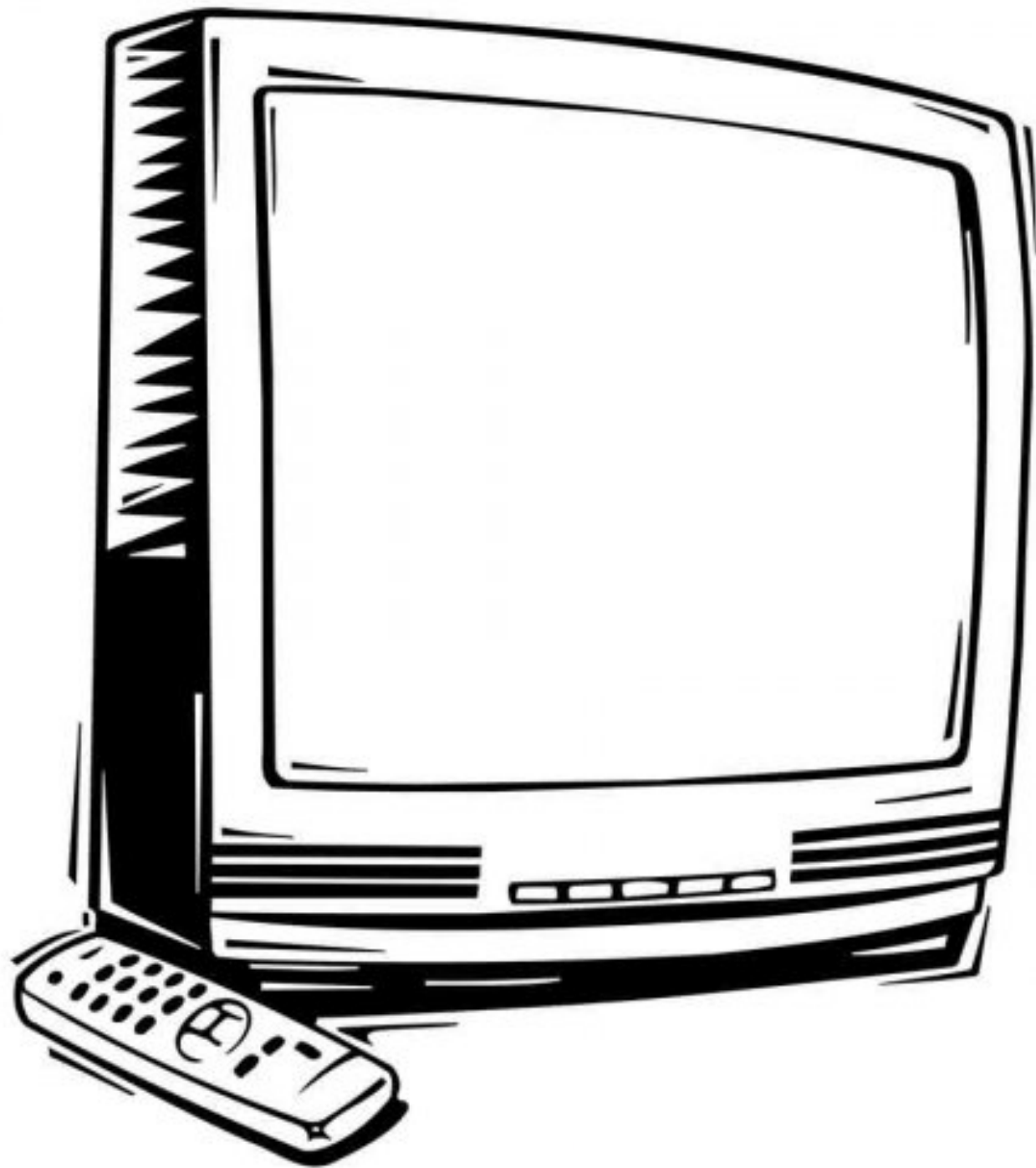
No son exclusivas de la vejez

Sí son más frecuentes

Relacionadas con vulnerabilidad social y factores de riesgo :

- **reducción de ingresos, duelo, jubilación, salud, muerte de amistades**







En Inglaterra, 5 millones de personas mayores refieren:

‘La televisión es mi principal compañía’

¿Cómo abordar el problema?

**GARANTIZANDO
OPORTUNIDADES DE
PARTICIPACIÓN SOCIAL
ENFATIZANDO BIOGRAFÍA**



1. Identificación de quienes estén en riesgo de aislamiento y/o soledad

La soledad es una experiencia individual y usualmente estigmatizada.

Hombres en general tenemos mayores dificultades en admitir sentimientos de soledad o aislamiento...



1. Identificación de quienes estén en riesgo de aislamiento

- Evaluación de red social**
- Entrevistas y conversaciones guiadas sobre cómo se siente la persona en relación con sus necesidades de apoyo**

Focalización: personas de menores recursos y con mayores problemas de salud → dependencia

Focalización: personas mayores en transiciones clave → duelo por viudez o separación, cuidadores informales, jubilación, etc.

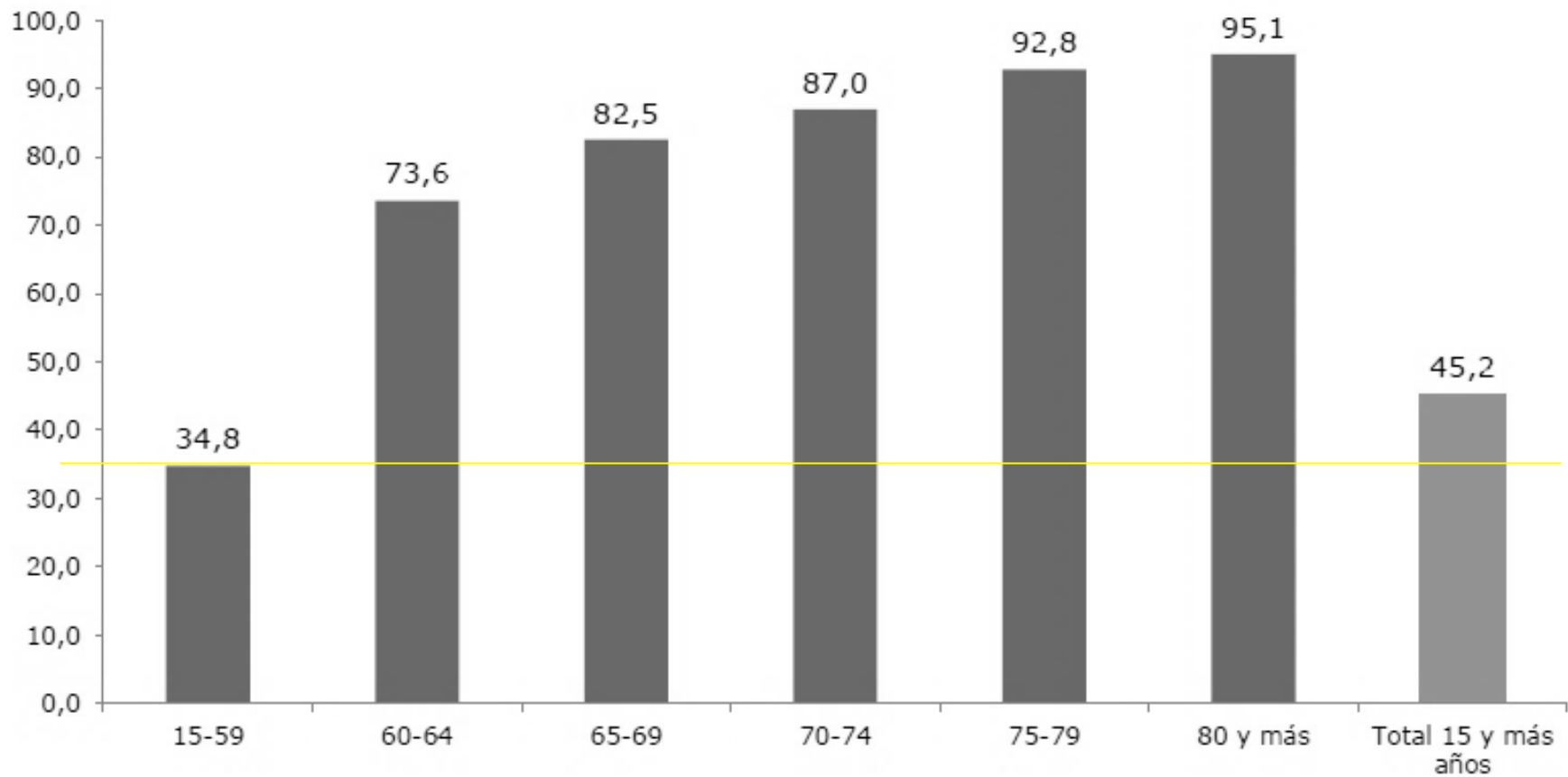
3. Identificar barreras individuales y extraindividuales

Ejemplo: ingreso reducido, movilidad, sensorial, acceso a transporte y baños públicos.

Ubido et al 2014

4. Generar abordajes individuales y ESTRUCTURALES

Porcentaje de población de 15 y más años que no usa internet por tramo de edad (2013)



Fuente: Ministerio de Desarrollo Social, Encuesta Casen 2013

¡RECOMENDACIONES!



- **Abordar aislamiento (asociado a mejores niveles de salud y menor mortalidad)**
- **Focalizar: viven solos + pobreza + peores indicadores de salud**
- **Promover reducción del estigma asociado a la 'palabra S':
particularmente si quiere atraerse
hombres**

- **Iniciativas más exitosas: aquellas que logran y mantienen características para buena salud mental: tomar conciencia de habilidades, tener propósitos en la vida, sentido de pertenencia y apoyo.**
- **Arte, aprendizaje educacional y foco social**
- **Participativas**
- **Mayormente grupal. Apoyo 1 a 1 en situaciones específicas.**

Según la evidencia, el foco debe estar en reducir las barreras prácticas y reales del aislamiento



Reflexiones finales

- **La soledad en la vejez se ha vuelto un tema de interés público**
- **Concepto epidemiológico y cultural**
- **¡Precaución con su racionalidad!: medición, objetivación → Tentación por generalizar**
- **Enfatizar en diversidad y experiencia individual**
- **Visibilizar mediadores estructurales de potencial vulnerabilidad asociada (pobreza, vejez)**

¡GRACIAS!



jean.gajardo@gmail.com