



El valor del voluntariado para un envejecimiento activo

XIX Congreso Nacional de Geriátría y Gerontología:
Distintas maneras de envejecer Sociedad de Geriátría y Gerontología de Chile

Santiago, jueves 23 de 2015

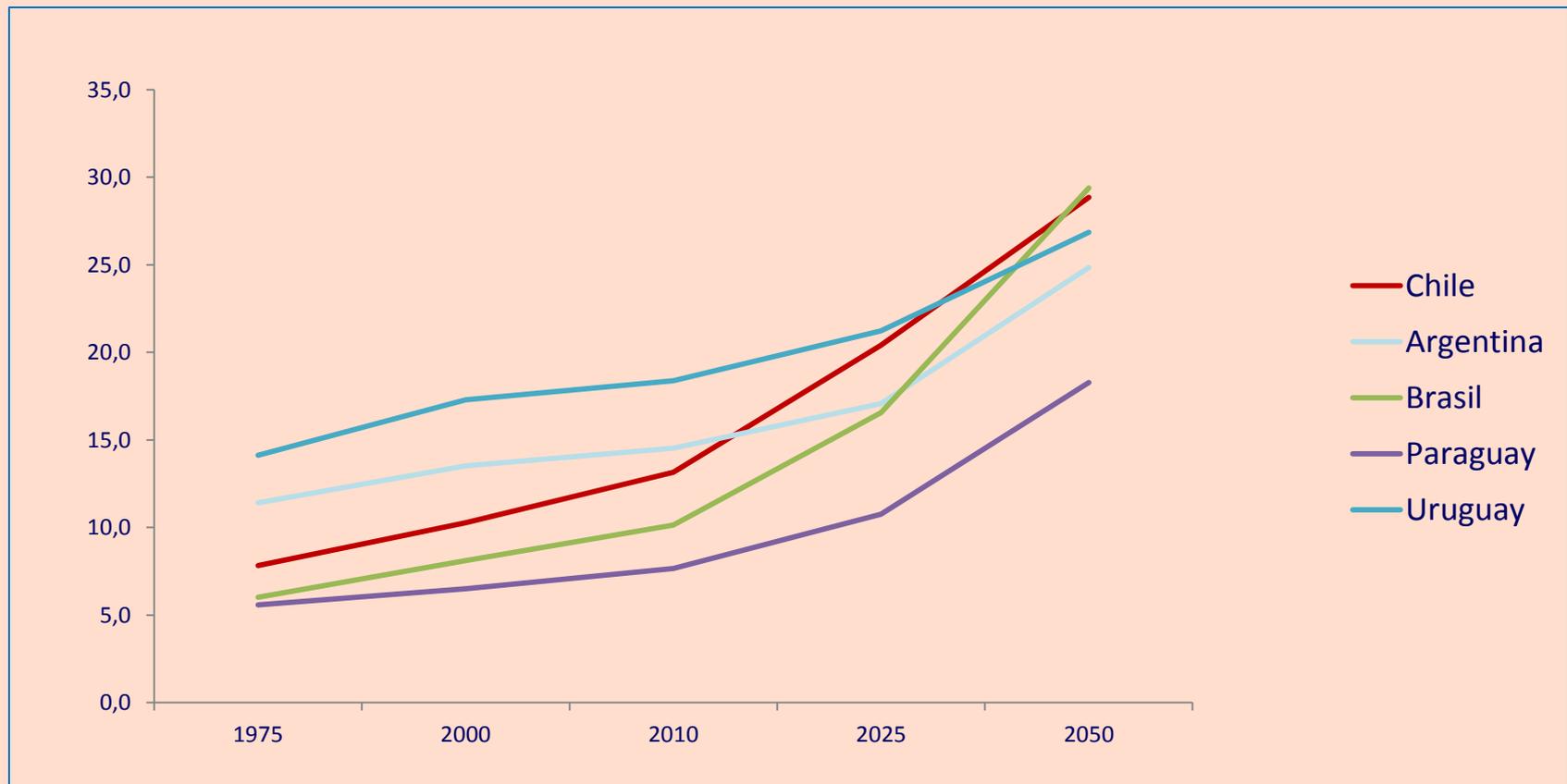
Contenido



- Contexto.
- Voluntariado: agregando valor a un envejecimiento activo.
- Mínimos necesarios en pos de la dignidad.
- Propuestas.

Contexto

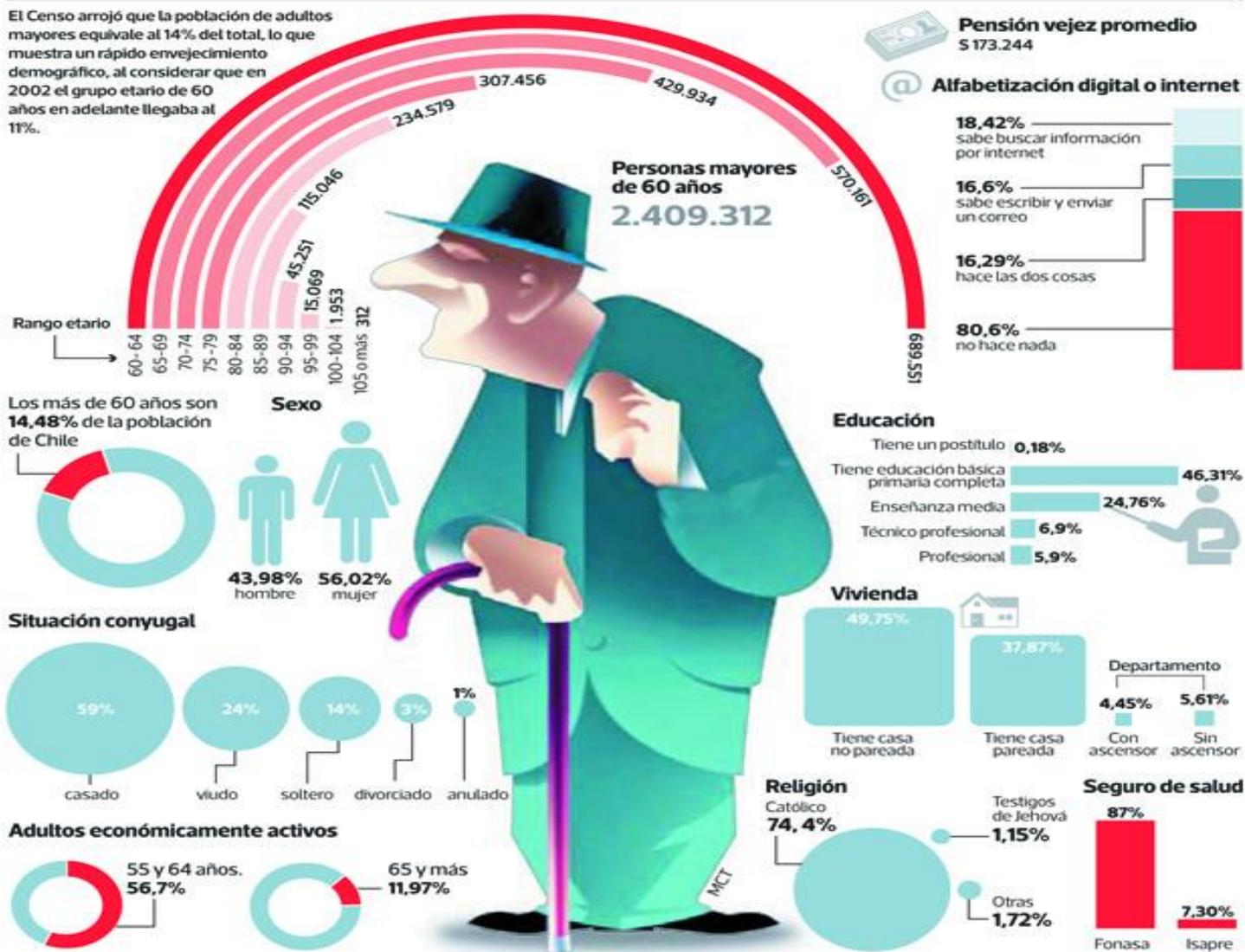
Proyecciones crecimiento población adulta



Fuente: Unidad de Estudios SENAMA, basado en datos CEPAL, Observatorio Demográfico, 2010.

RADIOGRAFIA DEL ADULTO MAYOR CHILENO

El Censo arrojó que la población de adultos mayores equivale al 14% del total, lo que muestra un rápido envejecimiento demográfico, al considerar que en 2002 el grupo etario de 60 años en adelante llegaba al 11%.



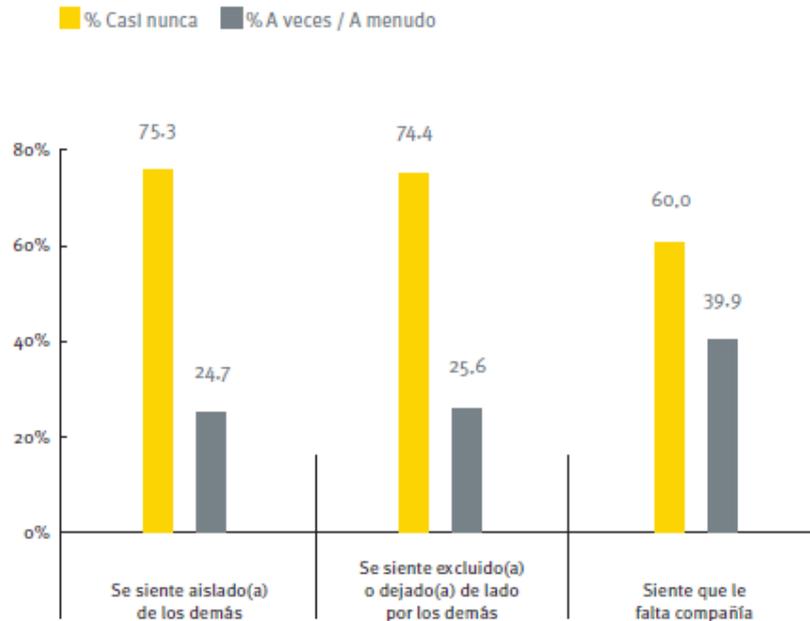
Contexto

Proyecciones crecimiento población adulta



Escala de aislamiento social.

Base: muestra 2013



► Un 40% de las personas mayores ha sentido que a veces o a menudo le hace falta compañía. Una de cada cuatro personas mayores se siente excluida o aislada de los demás.

Voluntariado:

Agregando valor a un envejecimiento activo.

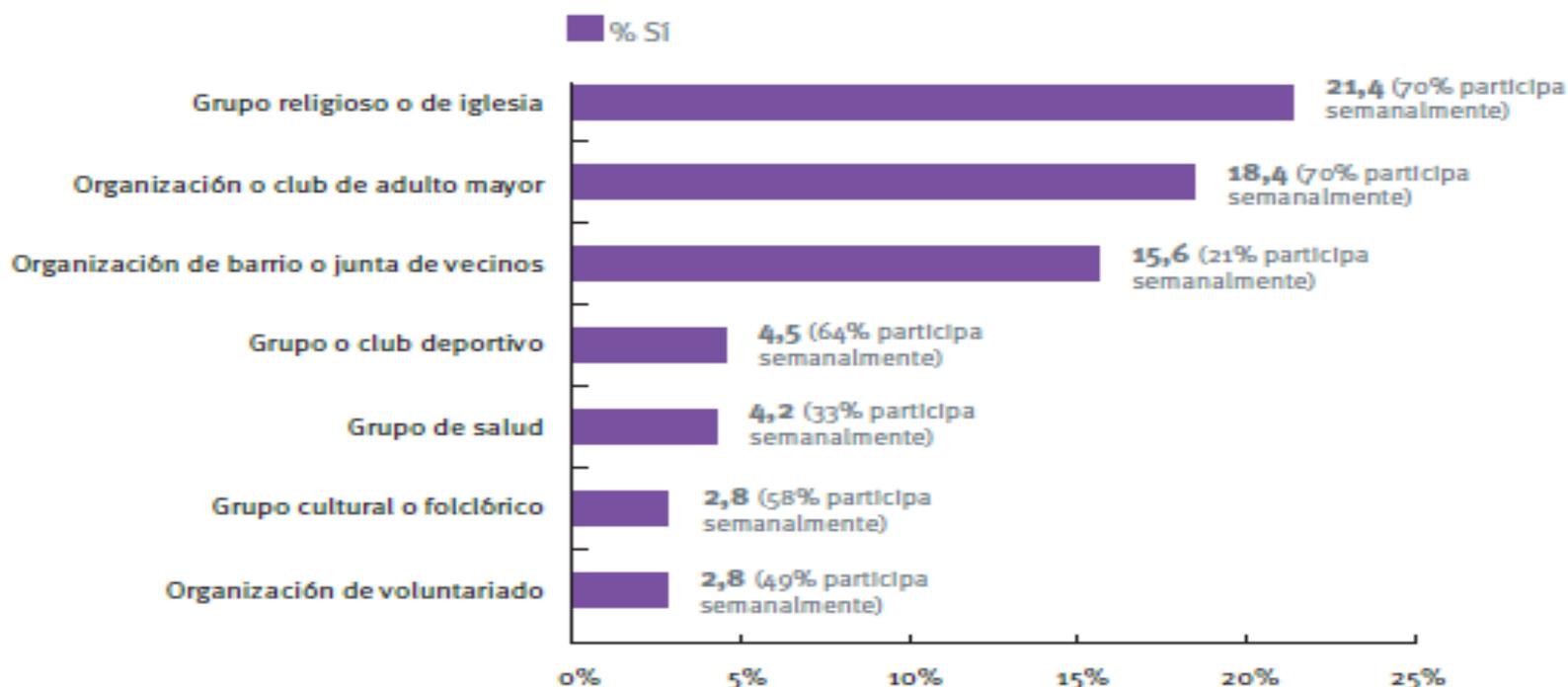


- Definición: Conjunto de personas que se unen a un grupo, libre y desinteresadamente, para trabajar con fines benéficos o altruistas.
- La literatura científica de los últimos años se ha centrado en el beneficiario del voluntariado, más que en el voluntario mismo.
- Esta presentación realizará una revisión del impacto positivo en las personas que prestan servicios como voluntarias en términos de su envejecimiento activo.

Voluntariado en personas mayores.

¿Participa usted en alguna de las siguientes organizaciones?

Base: muestra 2013



Comprensión

Mantener actividad
mental

No a la soledad

Agregar vida a los años

Acompañar

Acompañar los "años dorados"

Prevenir el deterioro intelectual

Demostrar los afectos

"Joven de
espíritu"

Si a las emociones
compartidas



Envejecimiento activo en el voluntariado.

“Celebremos la Vida”



CARAVANA SOLIDARIA
POR EL ADULTO MAYOR



Casona Santa Rosa de Apoquindo (Av. Padre Hurtado 1155, esq. Av. Colón)

Envejecimiento activo en el voluntariado.



- **44% menos mortalidad** en el tramo de edad de 55-85 años a seguimiento de 5 años / (*Oman et al, 1999*)
- **Diminución en la percepción de dolor y depresión** en voluntarios con dolor crónico / (*Arnestein et al, 2002*)
- En pacientes post infartados: **disminución de depresión y desesperanza** al aumentar el sentido de vida / (*Sullivan & Sullivan, 1997*)

Envejecimiento activo en el voluntariado.

En un estudio de comparación entre cuidadores de enfermos pagados v/s cuidadores no familiares voluntarios (*Moen et al, 1992*):



Se genera un factor de protección del aislamiento social y un mayor sentido de vida.

Las personas involucradas en voluntariado tienden a tener mayor cantidad de roles sociales.



Envejecimiento activo en el voluntariado. voluntarias/os mayores.

- Existen diferencias significativas en beneficio de los mayores, generando o potenciando un mayor sentido de participación social producto del voluntariado.



*The Health Benefits of Volunteering,
National and Community Service, 2007*



Envejecimiento activo en el voluntariado. voluntarias/os mayores.



Mínimos necesarios... en pos de la dignidad.

- No existe una relación lineal entre horas de voluntariado y beneficio.
- Se generaría un efecto meseta.
- Algunos autores hablan de 100 horas año.





La visión de un gran desafío:

Promover un **cambio cultural** con una mirada positiva e inclusiva respecto del envejecimiento:

- Fomentando el uso del tiempo libre a nivel comunitario con voluntariado.
- Generando empleo para las personas mayores.
- Capacitación inter generacional. Monitores mayores que puedan capacitar a otras personas mayores.



**Permanecer
activos**

Mantener interés en la vida

**Aprender, aprender...
aunque pasen los años**

No discriminar por edad

Envejecimiento con dignidad

Realizar actividades estimulantes

**Valorar la experiencia
de los mayores**

**Aprender de los jóvenes
...y viceversa**

Continuar el desarrollo afectivo



Muchas gracias