



# 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

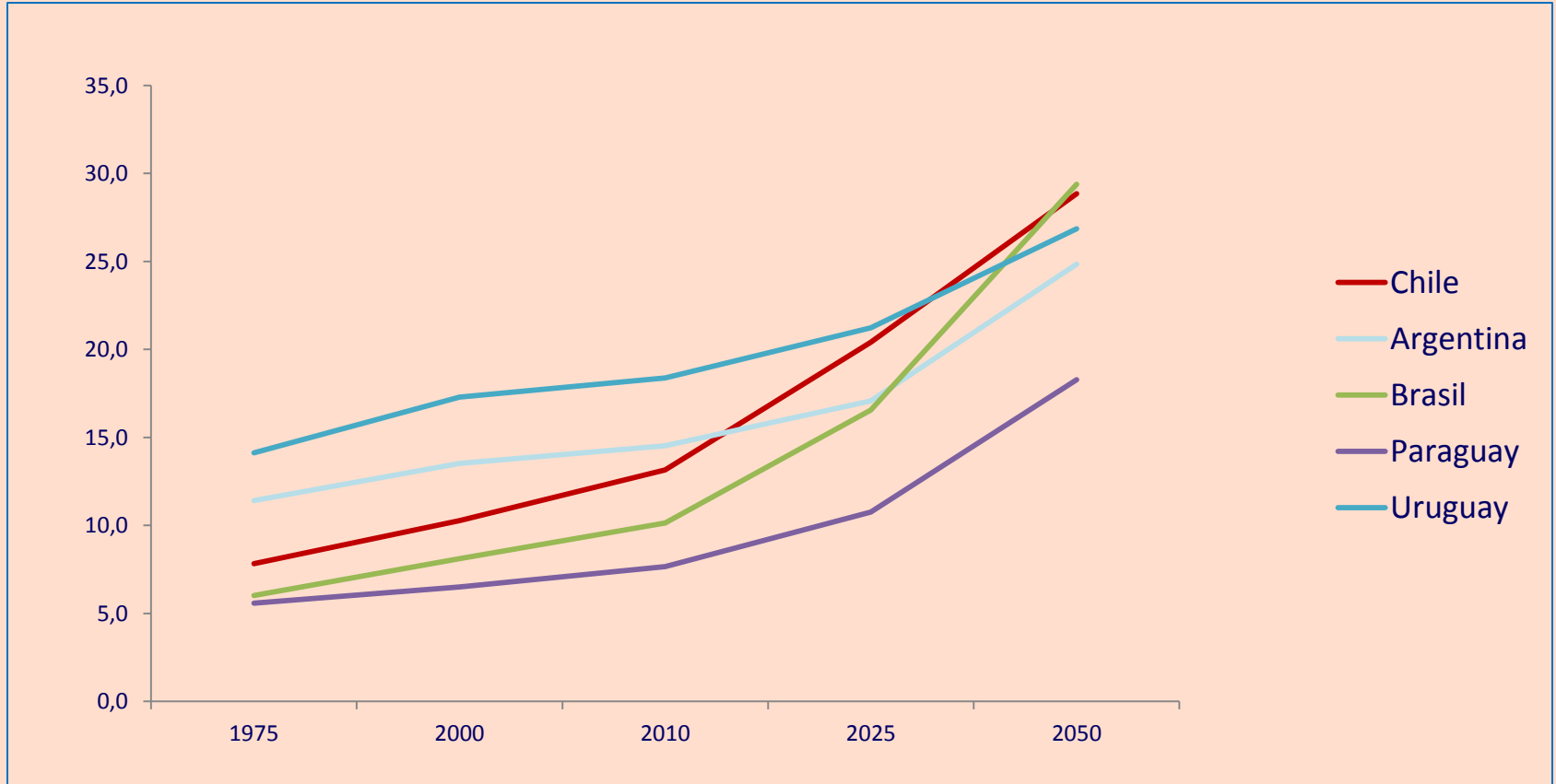
# Contenido



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

# Contexto

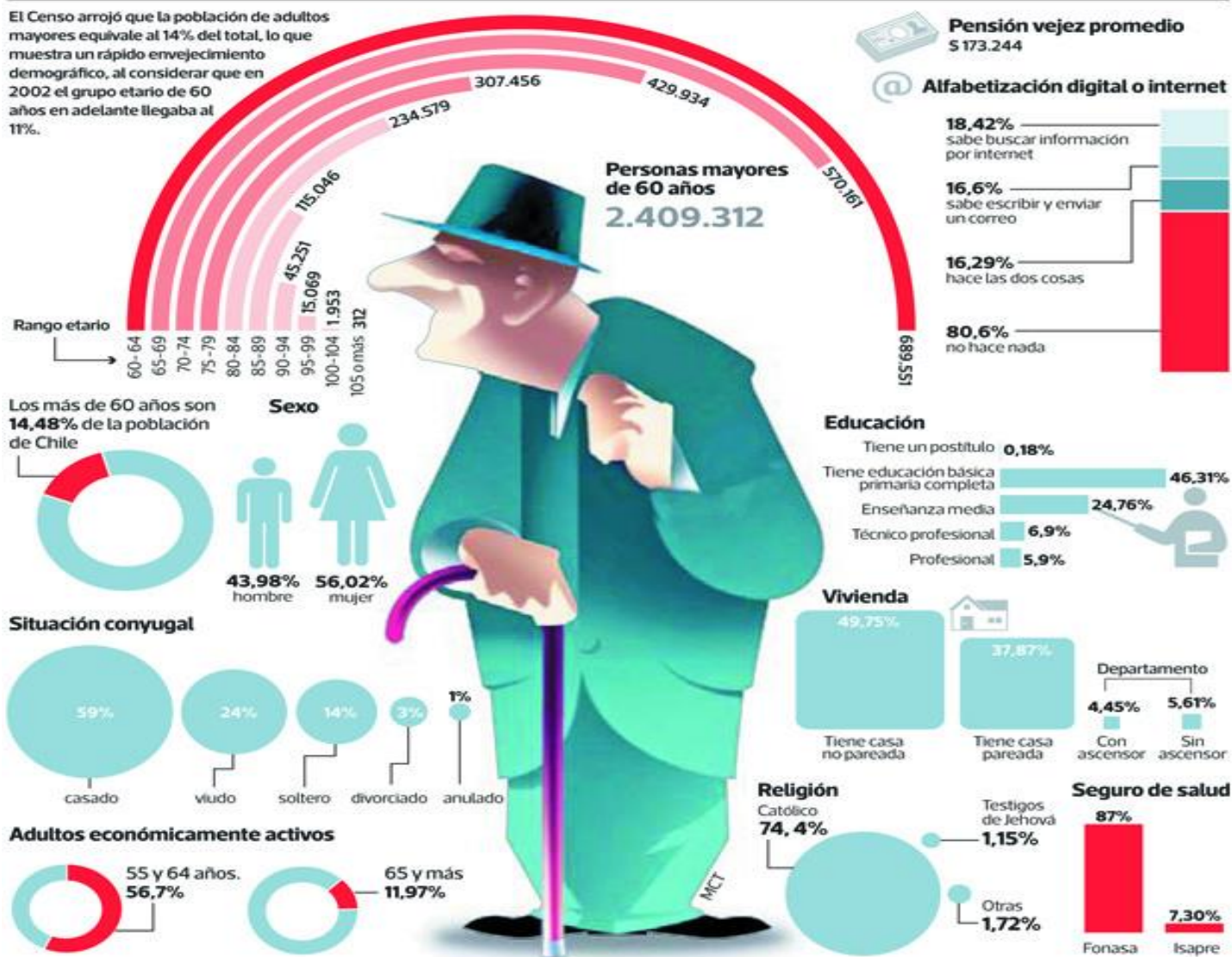
## Proyecciones crecimiento población adulta



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%.



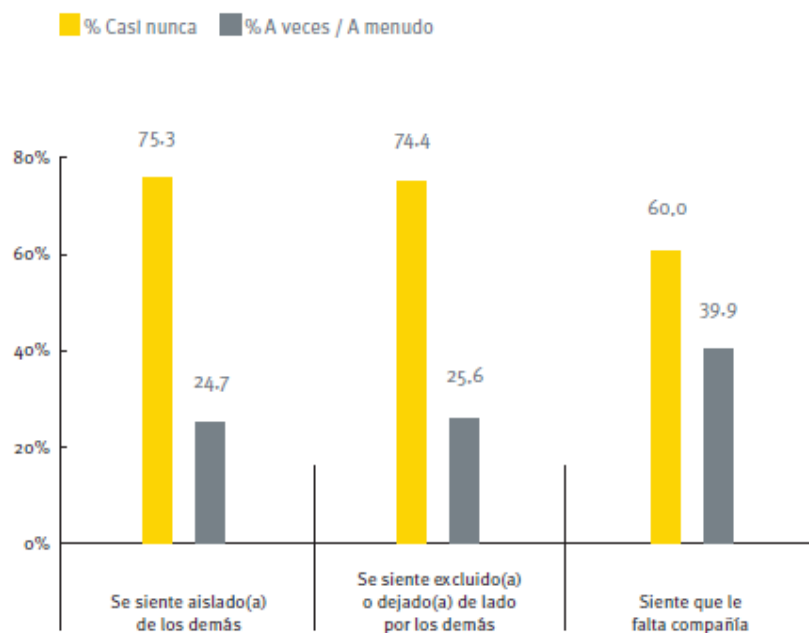
# Contexto

## 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.

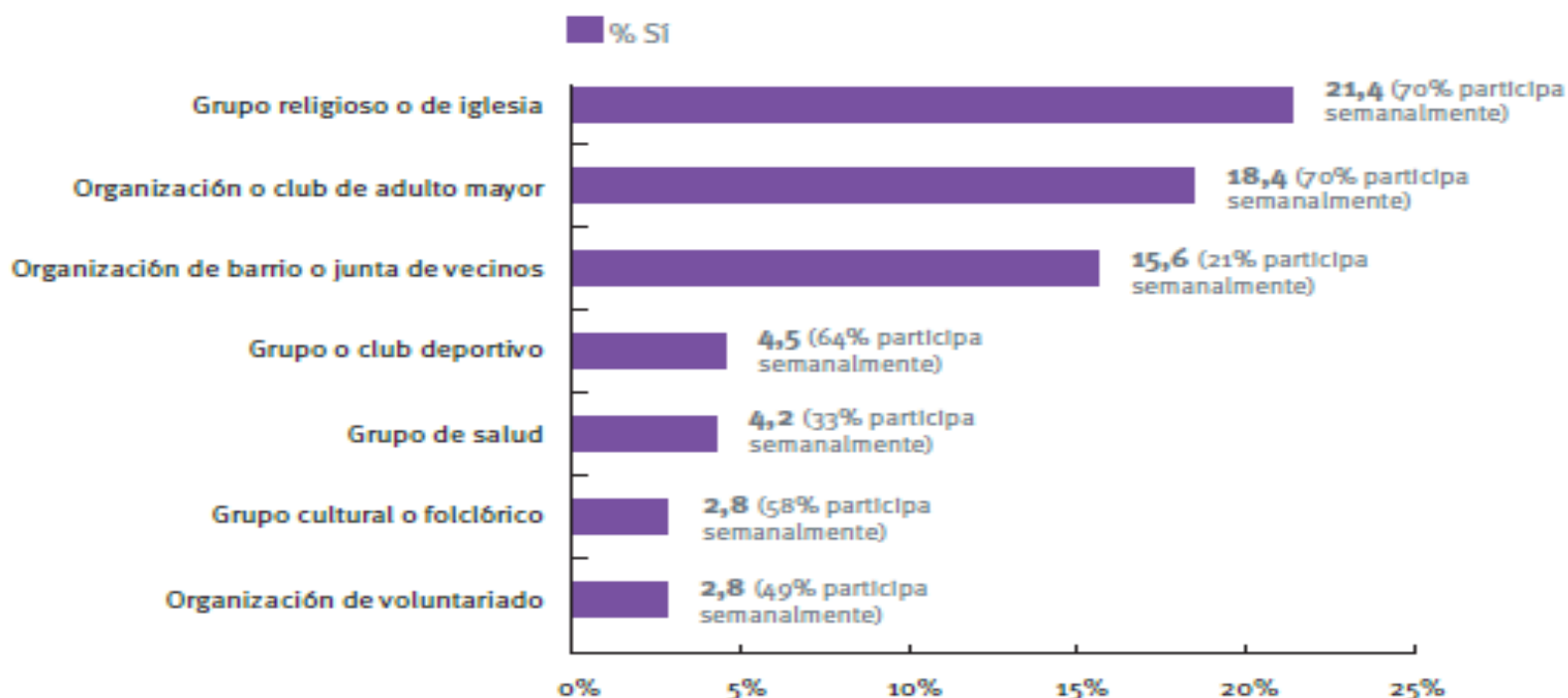


- Definición: Conjunto de personas que se unen a un grupo, libre y desinteresadamente, para trabajar con fines benéficos o altruistas.
- La literatura científica de los últimos años se ha centrado en el beneficiario del voluntariado, más que en el voluntario mismo.
- Esta presentación realizará una revisión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



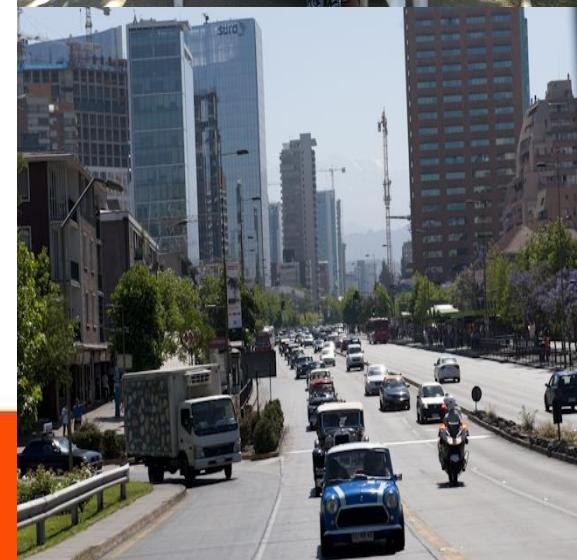


# Envejecimiento activo en el voluntariado.

*"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 at 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**