



## Cartas

### Caída en la natalidad

● El reciente informe del Instituto Nacional de Estadísticas (INE) revela un preocupante panorama demográfico. De acuerdo con el boletín de estadísticas vitales coyunturales correspondiente a agosto de 2024, los nacimientos en Chile han caído significativamente, con un total de 11.075, lo cual representa una baja del 20,9% en comparación con el mismo mes del año pasado y del 3,2% respecto a julio de este año. El mayor porcentaje de los nacimientos de agosto fueron de madres que tenían entre 30 a 34 años, con el 30,1% del total (3.337 nacidos vivos), seguido del grupo de madres entre 25 a 29 años, con el 25,7% (2.841 nacidos vivos). Este fenómeno no sólo implica una disminución en el número de nacimientos, sino que también proyecta un impacto considerable en el equilibrio poblacional, con un envejecimiento acelerado.

La caída de la tasa de natalidad es parte de una tendencia global que se ha intensificado en las últimas décadas, sin embargo, Chile se encuentra entre los países de Latinoamérica con las tasas más bajas. Según datos del Banco Mundial, en 1960 Chile registraba una tasa de natalidad de 35,3% y tasa de fecundidad de 4,7, es decir que cada mujer en edad fértil tendría 4,7 hijos a lo largo de su vida. En ese entonces, la maternidad y la construcción de familias numerosas eran ex-

pectativas casi universales para las mujeres chilenas. Sin embargo, el panorama social y familiar ha cambiado. La drástica disminución de la tasa de natalidad, la cual llegó apenas al 12% en 2022, nos demuestra que existe una combinación de factores económicos, sociales y culturales que han impactado en la vida de las personas y en sus decisiones familiares.

La creciente inseguridad económica ha sido uno de los principales factores detrás de esta tendencia, la que ha llevado a muchas parejas a postergar o desistir del deseo de tener hijos.

A esto se suma la dificultad de conciliar el trabajo con la familia, un problema que afecta especialmente a las mujeres en edad fértil, generando un costo de oportunidad significativo para las mujeres que desean avanzar en sus carreras y, al mismo tiempo, formar una familia.

El cambio en la percepción de la familia también juega un papel crucial. Si en el pasado la familia numerosa era un valor central y reflejo de estabilidad, hoy en día las prioridades personales han cambiado. Muchas parejas optan por tener familias más pequeñas o en algunos casos no tener hijos. Esta transformación responde a un contexto cultural que valora el desarrollo individual, la autorrealización y la búsqueda de experiencias de vida diversas. Viajar, desarrollar una carrera, invertir en educación y perseguir metas personales se han convertido

en prioridades, a menudo dejando la formación de una familia como una opción secundaria o que se pospone indefinidamente.

La baja natalidad en Chile no es sólo una cifra en un informe estadístico; sino que un reflejo de las transformaciones profundas que enfrenta nuestra sociedad.

*Dra. Daniela Andrade Rebolledo*  
*Universidad Autónoma de Chile*

### Alternativas contra el estrés

● En las universidades y colegios comienzan las evaluaciones de fin de año, mientras que cerca de 300 mil jóvenes se enfrentarán a las PAES 2025 (Prueba de Acceso a la Educación Superior) entre el 2 y 4 de diciembre.

Sin duda que es un período de alta presión para los estudiantes, y muchas veces se asocia con altos niveles de ansiedad y estrés.

Ante este escenario, cada vez más personas recurren a medicinas naturales como una alternativa para calmar los nervios y mejorar el bienestar general.

Las medicinas herbarias como las infusiones de manzanilla, valeriana, lavanda y pasiflora, son conocidas por sus propiedades relajantes y ansiolíticas. Tienen propiedades relajantes, menos efectos secundarios, son una alternativa natural.

También existen fitofármacos preparados en base a extractos de plantas medicinales que pueden ser útiles en ciertos casos, pero su uso habitual tiene algunas consideraciones que no deben ser pasadas por alto. Por ejemplo, tienen una eficacia variable y plantas medicinales pueden interactuar con medicamentos recetados, como los ansiolíticos o antidepresivos, alterando su efectividad, aumentando los efectos terapéuticos o secundarios.

En definitiva, el uso de medicinas naturales puede ser una herramienta útil para estudiantes que buscan reducir el estrés y mejorar su rendimiento durante la PAES u otros exámenes importantes. Sin embargo, es crucial que los estudiantes y sus familias se informen adecuadamente sobre las opciones disponibles, consulten con un profesional de la salud y se aseguren de que estos remedios se utilicen de manera adecuada y segura.

*Maité Rodríguez-Díaz*  
*U. Andrés Bello*

### Ideología y presupuesto

● En los últimos días, el debate sobre el presupuesto asignado a los programas "PAIG" y "Crece con Orgullo" ha generado una intensa discusión pública. Lamentablemente, el discurso predominante a favor de estos programas

se ha fundamentado en argumentos ideológicos, relegando al silencio a quienes defienden la niñez y se preocupan por su bienestar, a pesar de las pruebas y evidencias sobre los daños que estas iniciativas pueden generar.

El mayor respaldo al programa PAIG radica en una postura ideológica que ignora la evidencia documentada en otros países sobre sus posibles consecuencias. Sin embargo, el objetivo principal de cualquier programa de acompañamiento debería ser el cuidado de la salud mental.

(...) Es fundamental promover una revisión profunda y sin sesgos de la información y las políticas relacionadas, dejando de lado intereses ideológicos. Si realmente queremos lo mejor para las próximas generaciones, debemos evitar tratarlas como sujetos de experimentación.

*Rodrigo Salinas Rojas, psicólogo*

El Austral de Osorno invita a sus lectores a escribir sus cartas a esta sección. Los textos deben tener una extensión máxima de 1.000 caracteres e ir acompañados del nombre completo, cédula de identidad y número telefónico del remitente. La dirección se reserva el derecho de seleccionar, extraer, resumir y titular las misivas. Las cartas deben ser dirigidas a [cronica@australosorno.cl](mailto:cronica@australosorno.cl) o a la dirección **O'Higgins 870, Osorno.**