

SOPHIA VERGARA:

# “La persona mayor no quiere ser vista desde la enfermedad”

La presidenta de la Fundación Pasión sin Fronteras admite que el trabajo “es un desafío grande... Y, además, cuando hablan de las fundaciones, lamentablemente, por las irregularidades, pagan justos por pecadores”.

**E**studia Derecho y está preparando su examen de grado, lo que haría pensar que no tiene tiempo para nada más que estar inmersa en sus cuadernos. Pero tiene 24 años, una energía enviable y, contra todo pronóstico, ya está dejando una enorme huella: Sophia Vergara es hoy presidenta de la Fundación Pasión Sin Fronteras.

Esta organización se dedica a trabajar con adultos mayores de la región de Valparaíso en tres ejes principales: alfabetización digital, actividad física y trabajo intergeneracional. Hasta ahora, de las 38 comunas que componen este territorio, ya están presentes en 17.

Y los datos la respaldan: el Censo 2024 reveló que el envejecimiento de las chilenas y chilenos sigue al alza y según las proyecciones del Observatorio del Envejecimiento de la PUC, para 2050, una de cada tres personas tendrá más de 60 años.

#### -¿Cómo está parado Chile ante este desafío?

Hoy tenemos una población mayor en nuestra región que está envejecida y además empobrecida, no solo en Chile, sino en Sudamérica. Y el trabajo me ha permitido retratar que la persona mayor quiere ser vista no desde la enfermedad, sino desde la capacidad de vivir en dignidad.

#### -¿Cuáles son las principales brechas a las que se enfrentan los adultos mayores?

Una es la brecha de exclusión digital en que se encuentran las personas mayores. Nuestra Fundación implementó el programa “Conecta sin fronteras”,



**El deporte es un factor preventivo, se reducen riesgos de salud, fomenta la autonomía, une y socializa.**

Sophia Vergara

que nos permitió capacitarnos con la Fundación Conecta Mayor de Santiago. Eso nos ha permitido estar desde Santa María, Panquehue y Llay Llay hasta llegar a Valparaíso, con otro factor distinto, que es la actividad física y el deporte como medio de desarrollo social.

#### ACTIVIDAD FÍSICA Y SOCIAL

La recomendación de la OMS apunta a que los adultos mayores debieran realizar al menos 150 minutos de actividad física moderada. Pero en Chile, según el Ministerio de Salud, solo el 26,5% de los adultos mayores la practican regularmente. “El único medio que podemos utilizar es la actividad física, para reducir riesgos de salud, no solo física, sino que también emocional” y se pregunta: “Si vamos a tener una población que es más envejecida, ¿cómo la queremos tener? ¿En qué calidad y en qué condiciones?

#### -¿Eso incluye preocuparse de tener políticas a mediano y largo plazo?

Exacto. Todos vamos a envejecer o todos tenemos algún familiar o un vecino.



CEDIDA

SOPHIA VERGARA SIENDO MUY JOVEN, PRESIDE ESTA FUNDACIÓN PENSADA EN LOS ADULTOS MAYORES.

Esto nos ha permitido instaurar también un programa que se llama “Revitalizando vidas”, planteando el envejecimiento positivo, a través de talleres gratuitos. Porque es una población envejecida y empobrecida, sobre todo en Sudamérica, y aquello nos ha permitido tener un impacto que es real, concreto, pero también social, con una política que no parte desde la carencia, desde el minimizar al otro, ni desde el edadismo.

#### -Como Fundación Pasión Sin Fronteras, están presentes en 17 comunas, de las

## •REGION



Región F es un trabajo conjunto de la Escuela de Comunicaciones y Periodismo de la Universidad Adolfo Ibáñez, La Estrella y SoyValparaíso.cl.

#### 38 que componen la región. ¿Cuáles son las que destacarías? ¿Y cuáles son las que están al debe?

Hemos trabajado mucho con las municipalidades de Olmué, Santa María, Panquehue, Llay Llay, Valparaíso. Ahora próximamente también esperamos reunirnos con los municipios que han asumido en Villa Alemana y Quilpué. Pero yo me quedo con el gusto amargo de que en la propia comuna en la que nosotros estamos constituidos, en Limache, no hemos podido generar ese vínculo.

#### -¿Qué se requiere para poder generar una política de desarrollo integral para el adulto mayor desde las políticas públicas?

Eso es un temazo. Llevamos cinco años con un proyecto de ley que promueve el envejecimiento integral y todavía no hay ley. Yo llamaría a dejar los egos de lado, las miradas políticas, porque aquí el gobierno de turno es irrelevante. Debe ser una política de Estado.

#### -¿Por qué decidieron enfocarse en el deporte y cómo impacta en otras áreas?

Porque es un factor preventivo, se reducen riesgos de salud, fomenta la autonomía. También los une, socializan, se sienten independientes, autónomos, dignos. Y que tengan experiencias como la comunidad de Panquehue, que viajaron al II Sudamericano de personas mayores de 60 años. Para muchos era primera vez que salían de la comuna.

#### -La inclusión digital es el otro pilar que trabajan. Durante la pandemia, fue cuando más se notó esta brecha. ¿Ha cambiado algo desde 2020?

No hay nada, yo haría un llamado a generar políticas públicas. Si hay programas de alfabetización en los municipios o el SENA-MA, pero normalmente deben ir al centro regional, que les queda a dos horas. También hay un prejuicio, porque el 98% de las personas mayores, según el Observatorio de la Católica, tienen acceso a

un smartphone, a un iPad, a una Tablet o a un computador. El gran problema es la falta de alfabetización digital. Y conectamos el deporte con el tema digital, porque ambos colaboran para que las personas socialicen. Es algo muy bonito, porque otro gran problema de las personas mayores es sentirse muy solos, a pesar de que no necesariamente lo estén.

#### -Dijimos que todos tenemos a alguien mayor cerca y todos vamos para allá. ¿Cómo enfrentarlo desde ese abandono?

Es un desafío grande y eso implica un trabajo en terreno a veces un poco desgastante, desafiante. Pero hemos tenido el privilegio, por otro lado, de que muchos han partido siendo usuarios y hoy son colaboradores. Sin embargo, el problema es que cuando se habla de fundaciones, lamentablemente por las irregularidades, pagan justos por pecadores.

#### -¿Qué has aprendido tú de ellos? porque el aprendizaje intergeneracional es importante.

Siempre es un proceso transformador. A veces viajo con ellos y me devuelvo, los miro y como que los ojos se te impactan llenos de lágrimas, pero no es de tristeza, es de emoción. Me han entregado compañía. ☺

