Columna

Personas Mayores, más activos, más sabios, más invisibles

Lincoyán Fernández.
Kinesiólogo y especialista en Geriatría
Director de la Carrera de Kinesiología USS

Cada 26 de julio se conmemora el Día Mundial de los Abuelos y de las Personas Mayores, una fecha que invita a reflexionar por quienes nos han precedido en la vida familiar, pero, además, sobre el profundo cambio demográfico que enfrenta nuestro país.

Según el CENSO 2024, en Chile existen más de 3,6 millones de personas mayores de 60 años, lo que equivale al 19,8% de la población nacional. Es decir, una de cada cinco personas ya forma parte de este grupo etario. Si bien esto representa un logro en términos de esperanza de vida y mejor acceso a condiciones básicas de salud, también pone en evidencia un desafío urgente: la invisibilización de las personas mayores en un país que aún no se adapta a su envejecimiento.

Paradójicamente, en un contexto en que ser mayor significa haber acumulado experiencia, redes afectivas y sabiduría, las personas mayores del siglo XXI conviven con estigmas históricos que ya no los representan.

Ya no son solamente los cuidadores pasivos de nietos o los jubilados sentados en la plaza: muchos siguen trabajando, lideran comunidades, viajan, estudian, se reinventan, se enamoran o cuidan a otros. Sin embargo, en demasiados espacios siguen siendo tratados como una carga o, peor aún, como un grupo homogéneo y dependiente.

El mismo informe del CENSO revela otro dato clave: el 55,6% de las personas mayores son mujeres, evidenciando no solo la feminización de la vejez, sino también la necesidad de repensar las políticas públicas con enfoque de género y cuidado.

Además, regiones como Ñuble o Valparaíso presentan un índice de envejecimiento superior a 135 personas mayores por cada 100 niños, lo que muestra una transformación radical de nuestra estructura demográfica.

Permítanme recomendar un libro, "La sociedad del cansancio" del filósofo surcoreano Byung-Chul Han, donde se plantea cómo la modernidad ha desplazado al otro, al lento, al vulnerable, en favor de una productividad que termina por agotar, incluso, el sentido de los vínculos. Es un libro breve pero potente, que nos ayuda a poner la vida en perspectiva del tiempo, sin olvidar que el mismo avanza para todos, algunos antes y otros después, pero avanza sin detenerse.

Entonces, ¿cuál es el rol que realmente les damos a nuestros Personas Mayores en la sociedad chilena actual? ¿Celebramos su día desde la nostalgia o desde el reconocimiento activo de sus derechos, desafíos y contribuciones?

Este 26 de julio, más que saludarlos con flores o frases condescendientes, urge visibilizarlos con dignidad, incluirlos en los debates sobre el país que estamos construyendo y recordar que el envejecimiento no es un problema del futuro: es el presente de millones. Porque los mayores del siglo XXI no solo siguen aquí, viviendo, opinando, construyendo, sino que también nos están mostrando, silenciosamente, el camino que algún día todos recorreremos.