

La soledad no se enfrenta en soledad

Señor director:

En mayo, la Asamblea Mundial de la Salud aprobó, por primera vez, una resolución que declara la soledad y el aislamiento social como una crisis de salud pública global, en que se reconoce el profundo impacto de la desconexión social en la salud física, mental y emocional de las personas.

La evidencia es clara: la soledad sostenida se asocia con deterioro cognitivo, enfermedades cardiovasculares, depresión y mortalidad prematura. La OMS ha advertido que su efecto nocivo sobre la salud es comparable al de fumar 15 cigarrillos al día.

En Chile, los datos más recientes son preocupantes: Según la encuesta Cadem de julio, 1 de cada trece personas se ha sentido sola en la última semana, cifra que supera el 50% entre mayores de 55 años. El Termómetro de Salud Mental Achs-UC revela que el 19% de la población se siente excluida socialmente.

Frente a este escenario, ¿qué medidas concretas impulsará el Estado para enfrentar esta nueva crisis? Superar la soledad no es solo responsabilidad de las políticas públicas; también exige una respuesta de la sociedad entera, dispuesta a reconstruir vínculos, restaurar la confianza y restituir aquello que nos conecta.

Desde la academia, creemos que este momento histórico requiere una conversación transversal, intersectorial y comprometida. Porque la soledad no se enfrenta en soledad.

ALEJANDRA ROJAS / JAVIERA BELLOLI
/ BERNARDITA ACHONDI

Facultad de Enfermería y Obstetricia
Universidad de los Andes