



JUDITH HERRERA C.

Con la caída de la natalidad, Chile atraviesa un rápido proceso de envejecimiento, con un notorio aumento de la población mayor de 60 años. Este escenario presenta desafíos, ya que según la Encuesta Nacional de Discapacidad, al menos un 32% de las personas en este grupo etario manifiesta algún tipo de discapacidad.

En dicho escenario, el Programa de Conocimiento e Investigación en Personas Mayores (Cipem) de la U. del Desarrollo y Los Héroes elaboró un estudio para caracterizar a la población que asume sus roles de cuidado.

La investigación muestra que un 31,3% de los mayores de 60 años señala requerir asistencia para realizar al menos una actividad diaria.

Y hay otro dato relevante: 34% (447.875) de los cuidadores principales corresponde a personas de 60 años o más, y de ellas, el 72,4% (324.285) cuida a otra persona del mismo grupo etario.

Una información preocupante es que el 45% de los cuidadores de 60 años o más reporta haber perdido el control de su vida personal debido a su rol de cuidado, y un 36,1% admite un deterioro en su salud asociado a esta labor.

Además, de las 726 mil personas mayores que cuentan con un cuidador, el 44,7% es asistido por un adulto mayor y en la mayoría de los casos (59,6%), su cuidador principal es su cónyuge o conviviente.

“Estos cuidadores presentan una carga laboral más intensa que sus pares más jóvenes: en promedio, dedican más de 9 horas diarias al cuidado, lo que genera un desgaste físico y cognitivo”, plantea el investigador Yamil Tala. Dice que “la falta de tiempo para actividades personales, trámites o espacios de esparcimiento impacta negativa-

El 45% de dichos asistentes dice haber perdido el control de su propia vida:

# Más de 320 mil adultos mayores cuidan a otras personas del mismo grupo etario

“Es muy angustiante cuando noto que no hice algo y me siento culpable”, dice mujer de 72 años que vela por su esposo (81). Expertos llaman a reforzar sistemas de apoyo.



**ESTADÍSTICA.**— Según la Encuesta Nacional de Discapacidad, un 32% de los adultos mayores sufre algún tipo de discapacidad.

mente en su calidad de vida”.

Es lo que ocurre en el caso de María Elena Tapia (72 años). La mujer, sin hijos, vive en Estación Central junto con su esposo de

81 años, que sufre de párkinson inicial. Cuenta que “aunque tenemos una enfermera que nos viene a ayudar en la semana, soy yo la que está con él. Cuando era

más joven, se me hacía más fácil, pero ahora a veces se me olvidan cosas. Tengo todo anotado, pero es muy angustiante cuando noto que no hice algo y me siento cul-

pable”.

Ella, además, tiene hipertensión e insuficiencia renal en primera etapa. “Entonces, tampoco es como que esté bien y me pesa

“Estos cuidadores presentan una carga laboral más intensa que sus pares más jóvenes: en promedio, dedican más de 9 horas diarias, lo que genera un desgaste físico y cognitivo”.

**YAMIL TALA**  
INVESTIGADOR CIPEM UDD-LOS HÉROES

“Se debe avanzar en formalizar ese trabajo, otorgar capacitaciones permanentes, fortalecer la protección de seguridad social”.

**CLAUDIA RODRÍGUEZ**  
COORDINADORA DEL CENTRO DE ENVEJECIMIENTO DE LA U. DE LOS ANDES

saber que, seguramente, a futuro esto será peor. Me da pena, por ejemplo, salir y dejarlo solo con la enfermera, porque me siento responsable, y me da miedo pensar en qué pasaría si me muero y lo dejo solo”.

Claudia Rodríguez, coordinadora del Centro de Envejecimiento de la U. de los Andes, plantea que “en Chile las que cumplen ese rol son mayoritariamente mujeres y muchas de ellas son mayores. Se debe avanzar en formalizar ese trabajo, otorgar capacitaciones permanentes, fortalecer la protección de seguridad social y otorgar espacios para su cuidado, con el fin de que puedan asistir y controlar su propio cuidado”.

Coincide Tala: “Se requieren instancias permanentes de apoyo psicosocial, como grupos de apoyo entre pares y atención psicológica especializada. Es fundamental promover los chequeos médicos preventivos”.