



**DINOS LO
QUE PIENSAS**



cartas@estrellavalpo.cl

Suicidio en personas mayores

Chile atraviesa un proceso demográfico de envejecimiento avanzado. Esto significa que la proporción de personas mayores de 60 años ha aumentado de manera sostenida en comparación con otros grupos etarios. Esto plantea un desafío social que implica responder adecuadamente a sus necesidades.

La mayoría de las personas mayores en Chile mantiene un alto nivel de autovalencia. De acuerdo con el Observatorio de Envejecimiento UC-Confuturo (2022), solo un 14% presenta algún grado de dependencia, mientras que el 85% es independiente en sus actividades cotidianas. Esto constituye un claro indicador de salud en la vejez, aunque no está exenta de amenazas. La presencia de enfermedades crónicas, cambios en los ingresos económicos, dificultades de acceso al trabajo, estereotipos negativos sobre la vejez y la disminución del apoyo social pueden afectar significativamente la calidad de vida.

En este contexto, una problemática particularmente alarmante ha ido cobrando fuerza en los últimos años: el suicidio en personas mayores. Según el Informe de Mortalidad por Suicidio en Chile (2010–2019), publicado por el

Ministerio de Salud en 2022, las tasas de suicidio en mayores de 60 años fluctúan entre 12 y 15,6 por cada 100 mil habitantes.

Estas cifras aumentan en hombres, alcanzando su punto más alto en mayores de 80 años, con tasas que superan los 39 casos por cada 100 mil habitantes, las más elevadas a nivel nacional en comparación con el resto de los grupos etarios.

El Programa Nacional de Prevención del Suicidio advierte que el riesgo aumenta con la edad y que, en la vejez, el suicidio presenta características particulares: menos intentos previos, uso de métodos de alta letalidad, escasas señales de alerta y, en algunos casos, conductas asociadas a lo que se ha denominado “suicidio pasivo”, como el abandono progresivo del autocuidado. Diversos estudios han señalado que la reducción del contacto con personas significativas y la soledad no deseada influyen negativamente en la satisfacción con la vida. La crisis de salud mental que atraviesa el país, junto con la persistencia de prejuicios hacia la vejez, contribuye a la normalización de síntomas de malestar psicológico en personas mayores, retrasando la consulta y la intervención oportuna. Frente a este

escenario, el suicidio en la vejez debe ser reconocido como una problemática real, compleja y prevenible.

Resulta clave fortalecer acciones comunitarias que promuevan la participación social significativa de las personas mayores, favoreciendo su rol activo en la comunidad. Espacios como actividades artísticas, ejercicio físico o voluntariados permiten reforzar redes sociales, sentido de propósito y bienestar subjetivo, actuando como factores protectores.

Al mismo tiempo, estas acciones deben ir acompañadas de políticas públicas que combatan la discriminación por edad, aseguren ingresos adecuados, garanticen acceso oportuno a servicios de salud y cuidado, y eviten que estas responsabilidades recaigan exclusivamente en las familias. El suicidio es un fenómeno multifactorial que exige respuestas integrales. En el caso de las personas mayores, reconocer sus particularidades y actuar a tiempo es una responsabilidad colectiva, orientada a prevenir el sufrimiento y a promover una vejez digna, activa y protegida.

Verónica Graciela Guerra Ibacache
Académica de Terapia Ocupacional
U. Central