

Mujeres mayores exigen a munis envejecer activamente

La tercera edad femenina pide que hayan más actividades sociales, entretenidas y de salud mental para vivir mejor.

Cristian Aguayo Venegas
 cronica@estrellaconce.cl

Las últimas cifras del Censo 2024 entregadas por el INE revelan una marcada diferencia de género en la Región del Biobío: hoy viven 65 mil mujeres más que hombres, una brecha que equivale a llenar dos estadios Ester Roa. Asimismo, en la mayoría de las comunas, la población femenina sobre los 65 años supera ampliamente a la masculina.

En Concepción, por ejemplo, residen 20.179 mujeres mayores de 65 años, frente a 13.894 hombres. En Talcahuano, la cifra alcanza a 13.865 mujeres y 10.040 hombres, mientras que en San Pedro de la Paz se contabilizan 9.615 mujeres contra 6.779 varones, por nombrar algunas. Ante este escenario, las propias adultas mayores han solicitado más iniciativas locales que promuevan un envejecimiento activo.

"Acá en la comuna tenemos actividades pero nos hace falta realizar más cosas, por ejemplo, campeonatos de juegos de mesa, malones con música de nuestra época, karaoke, festivales de la voz



MUNICIPALIDADES AFIRMAN QUE SEGUIRÁN GENERANDO ACTIVIDADES PARA LAS ADULTAS MAYORES.

para nosotras", señaló Estela Muñoz, adulta mayor sampedrino.

"La mayoría de las mujeres no solemos juntar en nuestros clubes de adultos mayores, y somos mayoría, ya que los hombres no son muy buenos participantes. Eso nos ha hecho nutrirnos de energías y buenas vibras, también de ganas de seguir viviendo", aseguró. "No obstante, queremos más atención, que hayan más ins-

tancias para nosotras, más talleres, cursos, actividades físicas, porque no nos queremos quedar en las casas, queremos envejecer bien", cerró.

Bajo la misma línea, Solange Carcamo, adulta mayor chorera sostuvo que "acá con los años nos han tenido bastante botadas. Hay poco movimiento en torno a la mujer adulta mayor, desde la entretención hasta la salud".

"Estos últimos meses

hemos visto que quieren hacer cambios a nivel municipal, y espero que lo hagan, que generen más espacios para juntarnos, hacer actividad física, bailar zumba, talleres de salud mental, eso falta", dijo.

Por último, María Marín, adulta mayor penquista expresó que "acá el último tiempo se han puesto las pilas con actividades para las adultas mayores, aunque obviamente todo depende de los re-

“Queremos más atención, que hayan más instancias para nosotras, más talleres, cursos”

Estela Muñoz, sampedrino

cursos financieros". "Concepción tiene miles de mujeres mayores que necesitamos terminar nuestra vida viviendo, gozando, y por lo mismo, queremos que nos tengan más en cuenta. Que nos ayuden a envejecer activas, conscientes y sanas. Porque aún tenemos cuerda para rato", cerró.

EXPERTA

Claudia Rodríguez, investigadora del Centro de Envejecimiento de U. Andrés indicó que "todos los programas orientados a fortalecer la calidad de vida en las mujeres son positivos. Lo importante que haya una continuación".

"Es clave que los municipios fomenten la participación de las mujeres mayores, por ejemplo, en clu-

bes, espacios valiosos para el fortalecimiento social instancias donde la asistencia de mujeres es mayoritaria", concluyó.

MUNICIPIOS

Héctor Muñoz, alcalde de Concepción indicó que "contamos con 127 talleres semanales con presencia de un 70% de mujeres". "Ahí se desarrollan actividades de baile, teatro, folclore, manualidades y kinesiología, entre otras. Además, este año impulsamos un ciclo de encuentros psicoemocionales que abordan temas como la soledad y el duelo", aseguró.

Cristian Campos, director de la Dideco chorera dijo que "tenemos 158 talleres. Estas reflejan un enfoque claro hacia el envejecimiento activo, enfatizando la participación, el bienestar y la autonomía de las mujeres. Los talleres promueven la integración física, emocional y social".

Por último, desde el municipio sampedrino informaron que "la comuna desarrolla talleres folclóricos, actividad física, que fomentan el bienestar integral y un envejecimiento positivo de la mujer".