

Chile envejece y redefine sus vínculos: radiografía a la vida social después de los 50

En Chile, el envejecimiento de la población y el aumento de personas que viven solas están impulsando una nueva forma de relacionarse.

Nicole Villanueva

Lejos de la idea tradicional de una vejez marcada por el aislamiento o la rutina, la vida social después de los 50 en Chile está experimentando una transformación profunda. Más que desaparecer, los vínculos cambian de forma: dejan de ser obligatorios y pasan a ser elegidos.

Este cambio ocurre en un contexto claro: Chile envejece rápidamente y hoy las personas mayores de 50 años representan cerca del 32% de la población, según el Insti-



tuto Nacional de Estadísticas (INE). A esto se suma que cada vez más personas viven solas, modificando la forma en que se construyen las relaciones sociales.

En este escenario, la vida después de los 50 deja de estar estructurada únicamente por el trabajo o la familia. La jubilación, el nido vacío o una mayor disponibilidad de tiempo

marcan un punto de inflexión que abre espacio a nuevas dinámicas sociales.

Sin embargo, esta transformación convive con una tensión relevante. Estudios del Centro UC de Estudios de Vejez y Envejecimiento advierten que cerca del 49% de las personas mayores en Chile declara sentirse en soledad, y más de la mitad presenta riesgo de

aislamiento social, evidenciando vínculos más frágiles que en generaciones anteriores.

Pero más que una pérdida, lo que está ocurriendo es una reconfiguración. Hoy la vida social no viene dada, se construye activamente.

“Durante años construimos relaciones porque el trabajo, la familia o el barrio nos las imponía. Después de los 50, muchas personas descubren algo nuevo: que pueden elegir. Con quién compartir, desde dónde vincularse, qué quieren hacer con su tiempo. Eso no es aislamiento, es un punto de inflexión”, señala Michelle Schnitzer, CEO de BondUP.

Cada vez más personas comienzan a buscar espacios donde compartir intereses, generar nuevas conexiones y mantenerse activas, participando en talleres, actividades y encuentros que funcionan como verdaderas plataformas de vínculo, como los que im-

pulsa BondUP, expertos en comunidad y experiencias para personas mayores de 50.

Este cambio responde también a una nueva forma de entender el bienestar. La evidencia ha mostrado que el aislamiento social no solo impacta en la salud mental, sino que también puede tener efectos físicos comparables a otros factores de riesgo, como fumar hasta 15 cigarrillos al día, lo que lo posiciona como un desafío creciente.

En este contexto, comienza a instalarse la idea de una “segunda vida social”: una etapa donde las personas buscan no solo compañía, sino también experiencias, aprendizaje y sentido de pertenencia.

“Hay un perfil que vemos todos los días y que la sociedad todavía subestima: personas de 55, 60 o 65 años, llenas de energía, con ganas de probar cosas nuevas y de sentirse parte de algo. No están esperando

CLAVES

32%
de la población son mayores de 50 años.

49%
de las personas mayores en Chile declara sentirse en soledad.

que la vida pase, están buscando activamente cómo vivirla distinto”, agrega Schnitzer.

Así, la vida después de los 50 deja de entenderse como una etapa de cierre y comienza a posicionarse como un espacio de redescubrimiento, donde las personas redefinen cómo se relacionan, cómo ocupan su tiempo y cómo quieren vivir.