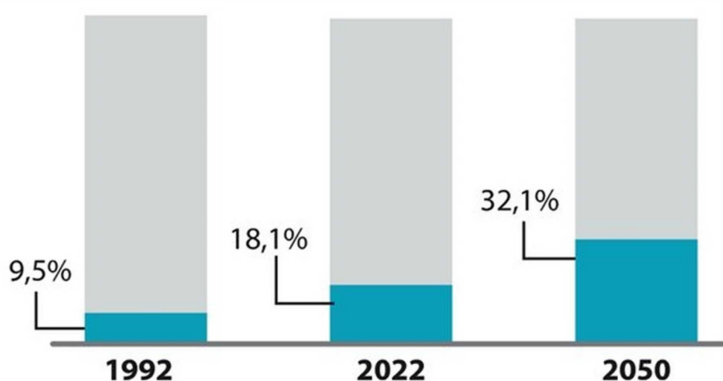


Expertos comentan el avanzado envejecimiento poblacional que vive el país

Estudio del INE: el 32% de la población chilena en el 2050 será adulto mayor

Proyección de la población mayores de 60 años



Fuente: Instituto Nacional de Estadísticas.

DANIELA TORÁN

Un estudio del Instituto Nacional de Estadísticas, INE, proyectó que para el año 2050 un tercio de la población será adulto mayor.

El documento "Envejecimiento en Chile, evolución y características de las personas mayores" ratifica que Chile se dirige a una etapa muy avanzada de envejecimiento poblacional debido a la persistente baja en la tasa de fecundidad (1,58), la reducción de la mortalidad en edades tempranas y la mayor esperanza de vida, que para las mujeres actualmente es de 84 años, y para los hombres, 78. Para el 2050 se espera que este índice sea de 87 años para las mujeres y 84 para los hombres.

El impactante cambio demográfico se evidencia al comparar las cifras actuales con las de los años 90. En 1992, las personas mayores de 60 años representaban el 9,5% de la población. En 2022 la cifra aumentó al 18,1% y se espera que en 2050 suba al 32,1%.

Por otra parte, los menores de 15 años han ido descendiendo. En 1992 conformaban el 29,7% de la población. En 2022 bajó a 18,9% y se proyecta sólo un 14,2%, en 2050.

El texto advierte que este escenario "implicará profundos cambios en la composición y estructura de la población del país".

Calidad de vida

"Uno puede mirar como un gran éxito de nuestra sociedad el que se esté produciendo este envejecimiento, en términos de que más personas estén llegando a más edad. Efectivamente es un éxito sanitario que se vivan más años. El tema es que esos años más se vivan con mejor calidad de vida y no lo contrario", comenta Soledad Herrera, directora del Centro de Estudios de la Vejez y Envejecimiento UC (CEVE-UC).

"Chile no está preparado para este cambio demográfico", opina Claudio Hetz, director de Instituto de Neurociencia Biomédica BNI, de la Universidad de Chile. El neurocientífico plantea que el problema principal es que el envejecimiento en sí es el factor de riesgo para desarrollar la mayoría de las enfermedades crónicas, situación que va a impactar al sistema de salud.

"Lo que va a pasar es que va a aumentar la incidencia de la mayoría de las enfermedades crónicas: diabetes, hipertensión y sobre todo las enfermedades invalidantes que afectan al cerebro como el Alzheimer. En la actualidad la expectativa de vida de las mujeres es de unos 85 años en Chile, y sabemos que a esa edad un tercio va a sufrir demencia".

Hetz concuerda en que la clave para enfrentar este escenario es que el camino al envejecimiento sea saludable y no patológico.

"El envejecimiento ya no se piensa como un fenómeno en que se desgastan las piezas del cuerpo, sino que es un proceso controlado. Hay un reloj biológico y ese reloj puede ser modificado.

"Chile no está preparado para este cambio demográfico", opina el neurocientífico Claudio Hetz.

Una cosa es tu edad cronológica y otra, tu edad biológica. Estamos hablando de una cuenta de ahorro. Todo lo que uno haga cuando es joven, es lo que va a determinar tu calidad del envejecimiento", explica.

"En Chile, los porcentajes de obesidad son altísimos, lo mismo pasa con el consumo de alcohol y cigarro. Fumar genera inflamación, que el sistema inmune esté siempre alerta. Eso es un factor para que aumente la prevalencia de enfermedades como artritis, esclerosis múltiples, cáncer. Lo que se está incubando en Chile no es bueno. Tenemos que tener un cambio cultural de cómo enfrentamos la salud", advierte.

Iván Palomo, director del Centro Interuniversitario de Envejecimiento Saludable y Académico de la Universidad de Talca, que incluye 16 universidades estatales, concuerda.

"Así como estamos envejeciendo aceleradamente, el país se va a tener que preparar aceleradamente para enfrentar este envejecimiento", dice.

Palomo agrega que hay dos factores claves para una buena vejez: el ejercicio y la vida social.

"Es clave, que las personas mayores no se vayan quedando solas en sus casas, en su pieza. Tener una razón para vivir, para conversar, es muy importante. Pero para lograr esto, importa la educación, conocer lo que implica hacer ciertas cosas y no hacerlas. El problema es que un gran número de la población no tiene acceso a eso. Es el Estado el que tiene que hacer los esfuerzos para entregar información oportuna".

"Hay estudios que demuestran que los adultos mayores que cuidan a sus nietos, que tienen más actividad social, tienen menor incidencia de enfermedades neurodegenerativas", suma Hetz.

Herrera recalca que uno de los mayores predictores de calidad de vida, "es salir de la casa todos los días. El desafío para la primera etapa de la vejez es que se desenvuelvan socialmente. Para los mayores de 75, el desafío será el Sistema Nacional de Cuidados. Vamos a un escenario en que se van a triplicar las necesidades de cuidado", dice.

"Si no hacemos algo para mejorar la calidad de vida y la estimulación de los adultos mayores en términos sociales, intelectuales, lo que va a pasar el 2050 va a ser una debacle. El envejecimiento de la población debe ser un área prioritaria para el gobierno, de lo contrario la generación actual, la que tienen 30 años, va a sufrir esas consecuencias".