



SINAPSIS N°2- marzo 2023

PERSONAS MAYORES PRESENTES

SINAPSIS - PEMAP N°2

PRESENTACIÓN

En este segundo número de SINAPSIS-PEMAP hemos incluido contribuciones de Patricio Gross y Gonzalo Grebe que aportan diversas perspectivas de las temáticas asociadas a las personas mayores. Se suman una reseña de artículo español sobre vejez activa y, para ir con los tiempos, una “contribución” del ChatGPT concerniente a los contrastes entre Estados Unidos y Chile en relación a la vejez activa.

Se reitera la invitación a colaborar con material pertinente a los propósitos de PEMAP para las próximas ediciones de esta publicación. PEMAP prioriza dentro de sus objetivos promover la participación de las personas mayores en los diversos contextos sociales donde pueden contribuir con su experiencia y competencias en la toma de decisiones, en el análisis de problemáticas complejas, en consejería y otras actividades de esta naturaleza.

La invitación a enviar material publicable se extiende a la comunidad PEMAP, y a otras personas interesadas en estas temáticas, respetando las condiciones básicas de atenerse al ámbito indicado, de tener aporte propio de las o los autores, de no violación de derechos de autor, y de brevedad.

Mario Letelier

CONTENIDO

- *Involucrémonos por un Chile mejor. ¡No basta con rezar y portarse bien!, Patricio Gross.*
- *Vulnerabilidad y sobrevivencia de las personas mayores frente al SARS-COV-2, Dr. Gonzalo Grebe Barros.*
- *Reseña: Envejecimiento activo y solidaridad intergeneracional: Claves para un envejecimiento activo. José M. Roa, Aula Permanente de Formación Abierta, Universidad de Granada.*
- *Vejez activa en Chile y en Estados Unidos: Un análisis comparativo, Chat GPT.*



SINAPSIS N°2- marzo 2023

Involucrémonos por un Chile mejor. ¡No basta con rezar y portarse bien!

Patricio Gross

Vivimos hoy en un país que a ratos nos desorienta y perturba, especialmente a los que pintan canas o su pelo ya es blanco. Sin desconocer que la historia no es siempre la misma, pero que junto con cuidar nuestras raíces necesitamos alas para enfrentar el futuro, estamos cada día más conscientes de que hay cosas que corregir urgentemente y enmendar errores. Estos se vienen acumulando y provocando conflictos en muchos aspectos de la vida diaria, no obstante, los significativos avances que Chile logró en los últimos años, pero que al mismo tiempo desnudaron poco a poco el lado triste, desesperanzador para muchos, e injusto de nuestra realidad.

¿Cómo logramos retomar una senda de progreso democrático, desafío del que creo estamos cada vez conscientes, sin repensar profundamente nuestros comportamientos y actitudes hacia los demás y el país? ¿Hacia nuestro prójimo como diría Monseñor Chomalí tiempo atrás?

Para producir un cambio radical en nuestra sociedad y una sana convivencia entre todos los chilenos, no basta no ser un delincuente, “fresco”, abusador o prepotente y luego quedarnos tranquilos y conformes. Pagar los impuestos, cumplir con las obligaciones laborales, respetar las leyes y normas del día a día, someterse a los dictámenes de la justicia, votar en las elecciones, aceptar el poder legalmente constituido y el juego de la democracia, por muy importante que sean no garantizan una pronta mejoría y un cambio real y profundo en nuestro país. ¡Hay mucho más!

La preocupación por los demás parte con un trato digno a todos los habitantes que pueblan nuestros territorios, independiente de raza, creencias, nivel socio-económico, sexo y género, edad, capacitación e ideologías que profesan. Se requiere respeto por lo que piensan y disposición franca al diálogo y a la confrontación serena de las ideas contrarias, buscando los acuerdos y compromisos posibles, ¡y no solo a nivel político!

Hacerse presente frente a los evidentes desajustes de nuestra sociedad, ampliando decididamente nuestra participación en la marcha del país, tomando consciencia de ello y creativamente buscar caminos individuales o a través de grupos. Y con ello no me refiero solo a esfuerzos por una mejor distribución de la riqueza – sin duda un tema central -, ya sea desde actuaciones colectivas y estructurales, sino muy especialmente por una disposición decidida por entender lo que sucede, despejados de prejuicios y



SINAPSIS N°2- marzo 2023

comprometiéndose por dar lo mejor de sí, participando y colaborando para mejorar lo que observamos y en el fondo de nosotros mismos lamentamos. Mas allá de nuestros familiares y círculos de amistades, de nuestros compañeros de trabajo y del alcance de los gremios, organizaciones empresariales, universidades, fundaciones y corporaciones a que podemos estar afiliados, aunque ojalá con todos ellos, busquemos decidida y generosamente interesarnos por nuestro país, conocerlo, hablar de él, tratar de entenderlo y amarlo.

A partir de allí y desde muchísimas otras opciones que respondan a nuestras capacidades y preferencias, crear e innovar aproximaciones reales y factibles que nos permitan asumir nuestras verdaderas e inexcusables responsabilidades hacia los demás: quisiéramos ver como se tiende una mano, desde muchos ángulos y maneras, tanto materiales como inmateriales, a las personas mayores, a los niños, a los adolescentes y a los más desplazados. Y también, por qué no, tener en consideración a los barrios más pobres, a la conservación ambiental, al cuidado de nuestros patrimonios, entre muchas otras.

Hagámonos a nosotros mismos un llamado explícito para salir de la zona de confort y hacer algo concreto para aportar a los demás. Todo ello podrá ser posible solo con una toma de conciencia y un real compromiso personal y ojala también colectivo, inclusivo y valiente, distinto y complementario a lo que venimos haciendo hoy día, abriendo otros horizontes en la forma de convivir y cuidarnos juntos, preguntándonos ¿Qué voy a estar dispuesto a hacer distinto mañana?

Necesitamos hablar y escribir - ojalá proclamar nuestra conversión – para despertar y remecer nuestra pasividad hacia los otros, desde lo mas simple hasta renuncias que pueden doler. Salir a la palestra, abandonar nuestros refugios y rutinas, ijugársela y apañar! Y así todos lograremos ser más plenos y felices.

Vulnerabilidad y sobrevivencia de las personas mayores frente al SARS-COV-2

Dr. Gonzalo Grebe Barros

Después de un largo proceso de reflexiones, he forjado la construcción de este documento que humildemente comprende mi visión de la situación de nosotros, personas mayores, en nuestro país. Nuestra larga vida ha sido un continuo aprendizaje. Cuando uno es joven cree que puede cambiar el mundo y eso está bien, tiene que ser así. Pero luego, cuando avanza la vida descubre la lógica de la paciencia en la propia vida, como en la de los demás. Transitar en paciencia es asumir el tiempo y dejar que los otros vayan desplegando su vida.



SINAPSIS N°2- marzo 2023

En este artículo he desarrollado antecedentes y pensamientos para que podamos apreciar y valorar lo que nuestra historia, al menos desde la segunda mitad del siglo XX, nos ofrece y así dar respuestas al menos a algunas incertidumbres que se tendrán pos pandemia.

Así, en mi largo trayecto por este mundo, como todos ustedes, hemos visto a la humanidad sobrevivir y crecer salpicada por guerras, genocidios, terrorismo, epidemias, accidentes climáticos, catástrofes de ciudades y países en consecuencia de terremotos y tsunamis; pero paralelamente, maravillosamente se ha avanzado en sabiduría, cultura, conocimientos, producto de geniales descubrimientos científicos, que han impactado en nuestro comportamiento social, estilos de vida e influyendo en la expectativa o esperanza promedio de vida. Así, aún estamos y pretendemos comunicar nuestra larga historia a quienes hoy y mañana tendrán ojalá, Dios quiera, la sabiduría, la inteligencia y la prudencia que espero reciban como nuestro legado testimonial.

Así, hablar de una larga vida es imposible aislarme de lo que todos hemos vivido, sufrido y gozado en estas varias décadas en que hemos transitado por este mundo. A pesar de los grandes avances y conocimientos sobre las enfermedades infecciosas, su prevención y tratamiento, desde inicios del 2020 en forma inesperada y en una total ignorancia, nos encontramos con la pandemia debido al SARS-COV-2, nuevo agente viral que hace su aparición en China y se propaga rápida e intensamente a todo el mundo, con gran contagiosidad y diseminación corporal. Ello produjo un trastorno global en los sistemas sanitarios del mundo, con saturación de los establecimientos hospitalarios, especialmente servicios de urgencia y de pacientes críticos, más una serie de cambios en el comportamiento de la humanidad. Paralelamente condujo a la limitación y restricción de prácticamente toda actividad social, cultural, educativa, comercial y de servicios en forma universal. Debido a su alta contagiosidad y propagación, las estrictas medidas sanitarias generaron grandes restricciones que afectaron el normal desenvolvimiento de gran parte de nuestras actividades. Específicamente el distanciamiento social, que por largos períodos nos obligó al encierro, desencadenó una redefinición de como interactuar en este nuevo escenario para lo cual no se estaba preparado. Nosotros las personas mayores, hemos sido quienes más sufrimos este nuevo estilo de vida, el aislamiento, la soledad, el distanciamiento de los familiares, la pérdida por periodos prolongados de actividad física y encierro al ser razonablemente considerados personas vulnerables (mayor gravedad y mortalidad) como dramáticamente y por meses vivimos antes de la puesta en marcha de los planes de vacunación a inicios del año 2021. Además, todas estas medidas relacionadas con el comportamiento social impactaron fuertemente en la salud mental en una proporción superior en personas mayores.



SINAPSIS N°2- marzo 2023

Es evidente que desde marzo del año 2020 nuestro país como el resto del mundo ha estado enfrentando una pandemia intensa y grave que ha provocado profundos cambios y transformaciones del estilo de vida, de convivir, de hacer familia, de desarrollar actividades profesionales y laborales, en fin, de vivir de una manera diferente, única en la experiencia de cualquier ser humano. Durante este período toda nuestra sociedad, más todas las estructuras y organizaciones sociales han estado centrados en el gran impacto sobre la calidad de vida de las personas y en prevenir y tratar la difusión y agresión del SARS-COV-2. Según datos del 19 de abril de 2022, se registraron más de 4.140.000 personas contagiadas y 59.100 muertes que preferentemente se consignan en los grupos etarios mayores de 60 años. En comparación al año 2017 en que se notificaron 77.318 fallecimientos de adultos mayores lo que representa el 72.7 % del total con una tasa de 37.3 por 1000 personas mayores de 65 años o más. (31% por motivos circulatorios y 25.1% tumores). Por lo tanto el agregar los pacientes que fallecieron en consecuencia al SARS-COV-2 al cumplir 2 años de pandemia, nos muestra la gravedad y el impacto que la pandemia ha tenido especialmente en las personas mayores. Además, la ocupación y saturación de las Unidades de Pacientes críticos por estos pacientes mayoritariamente personas mayores ha influido fuertemente sobre el control y tratamientos de enfermedades crónicas prevalentes en personas mayores lo que ha producido su descompensación e intensificación de complicaciones y mayor mortalidad que se ha observado en la medida que los establecimientos sanitarios se han descongestionado de pacientes graves por COVID-2, gracias al cumplimiento de un programa de vacunación intensivo especialmente en poblaciones vulnerables y personal sanitario. Desgraciadamente en la actualidad estamos viendo que hay más de 3 millones de personas están rezagados en el programa de vacunación y cuyo impacto se verá en los próximos meses.

Una de las reflexiones que nos ha dejado la pandemia es poder aspirar a una vida larga, pero de buena calidad. La esperanza o expectativa de vida es un indicador geo localizado que nos permite estimar en promedio cuantos años vivirá una persona al momento de nacer.

En Chile la esperanza de vida se había triplicado en los últimos 100 años. Según datos del INE en 1900 se estimaba en 23.6 años para mujeres y 23.5 para los hombres. En cambio, entre 2015 y 2020 este indicador alcanza a 82.1 años en mujeres y 77.3 en hombres. Debemos destacar que el año 2018 Chile en Latinoamérica es el país con mayor esperanza de vida.



SINAPSIS N°2- marzo 2023

Para el año 2050 se calcula que el 30% de la población será mayor de 60 años. Significa un incremento de 109%, a diferencia que a nivel mundial se calcula en 74,7%. Se calcula un incremento de la edad promedio de 11,4 años. De esta manera la esperanza de vida sobrepasará los 80 años de edad (único país en Latinoamérica). En Chile un 40,1% de los hogares tienen un adulto mayor. El 85% está en las ciudades y el 7,9% está por debajo de la línea de la pobreza.

Los chilenos adultos mayores presentan coexistencia de 2 o más enfermedades crónicas que demanda cuidados a largo plazo y costos de salud asociados de acuerdo con el estudio de Carga Global de Enfermedad realizado en 195 países entre los años 1999 y 2017 determinó que de 293 enfermedades registradas en el Sistema de clasificación Internacional de Enfermedades (ICD10), 92 estaban directamente vinculadas al envejecimiento. Dado que la dependencia y vulnerabilidad es dependiente del estado funcional constituye el mayor determinante de la calidad de vida por lo que prevenir y revertir la dependencia es prioritario.

Un envejecimiento exitoso está directamente relacionado con la satisfacción de sus necesidades básicas, con acceso integral a la atención en salud, seguridad económica y participación social. Una forma de participación social es el trabajo que incide positivamente en la salud y bienestar. Ahora bien, según la Encuesta Nacional de Empleos del INE en el trimestre octubre a diciembre del año 2010 había 7.572.318 ocupados, de los cuales 332.687 (4,39% del total) tenía 65 años o más. En igual trimestre del año 2019 se registró un total de 9.087.132 personas ocupadas de las cuales 570.305 (6,28%) eran personas mayores.

A su vez, de los 570.305 adultos mayores ocupados, 249.290 tiene 70 años y más; 107.055 trabaja en la Región Metropolitana, 130.235 son trabajadores por cuenta propia y 61.802 asalariados del sector privado.

Sin embargo, las cifras reportan que las condiciones laborales de este grupo etario no son del todo alentadoras: según la ENE, la tasa de ocupación informal más alta se evidencia constantemente en el tramo de 65 años y más.

En el desarrollo de este documento en que vemos datos demográficos y sentimientos, habrá frases que asoman “aires de nostalgia”. Es lo que hace Homero a través de la historia de Ulises es marcar el camino de regreso al seno de la tierra, al seno materno de la tierra que nos dio la luz. Considero que nuestra sociedad ha perdido la nostalgia como dimensión antropológica. Pero también perdimos a la hora de educar, por ejemplo, la nostalgia del



SINAPSIS N°2- marzo 2023

hogar, de familia, de valores, de espiritualidad. Cuando guardamos a los mayores en los geriátricos con tres bolitas de naftalina en el bolsillo, como si fuera un tapado, un sobretodo, de alguna manera tenemos enferma la dimensión nostálgica porque encontrarse con las personas mayores es asumir un reencuentro con el pasado.

Como expresara muy gráficamente el Papa” El anciano no es un extraterrestre. El anciano somos nosotros: todos dentro de poco, dentro de mucho, inevitablemente, aunque no pensemos en ello. Y, sino aprendemos a trata bien a los ancianos, así nos tratarán a nosotros”. “¡Es feo ver a los ancianos descartados, es una cosa fea, es pecado! ¡No nos atrevemos a decirlo abiertamente, pero se hace! Hay algo vil en este acostumbrarse a la cultura del descarte. Pero nosotros estamos acostumbrados a descartar a la gente”.

Pero bien, en un plano de visión de futuro y de esperanza por infiltrar a nuestra sociedad de aquellos valores, principios y estilos de comportamiento que nos dieron los instrumentos para transitar enfrentando los cambios que ha experimentado la historia de humanidad por más de medio siglo, debemos reencontrar nuestra razón de existencia, que no hemos sido capaces de transmitir a las generaciones que hoy dirigen y consolidaran un futuro.

Por ello pienso que es muy difícil que el mundo que vivimos anterior a esta pandemia fuera un mundo “sólido” socialmente. Hoy lo vemos como frágil, dirigido y orientado por vivencias y reproducciones de sociedades que piensan que tienen una mayor madurez y capacidad de consolidar cambios en las personas. Hemos sido grandes imitadores sin capacidad de cambiar nosotros mismos.

Somos octogenarios y debemos tratar de pensar cómo contribuir intelectualmente en construir “la vía de escape” para salir de la crisis global nacional independientemente de las visiones polarizadas que pretender dar soluciones que jamás serán las que nuestra sociedad necesita.

Pienso que es un mensaje un poco mesiánico, pretencioso y tal vez utópico. Sin embargo, haría el esfuerzo con la fe que si le dedicamos un poco de tiempo y nos estrujamos las “neuronas” nuestra larga historia de vida escolar, social, académica, cultural, profesional, familiar nos debiera dar el suficiente “background”.

Pienso también, que estamos en un “punto de quiebre” en todo sentido y por lo tanto quienes vienen deberán enfrentar y afrontar un nuevo mundo. Podríamos pensar que es redescubrir cómo vivir, como dirigir, como hacer sociedad, como convivir. Ellos estarán obligados a repensar los vínculos entre lo humano y lo no humano, a cuestionar la noción de “autonomía” que nos ha llevado a generar una concepción especial del mundo y de la



SINAPSIS N°2- marzo 2023

ciencia; y volver a colocar en el centro la interdependencia, reciprocidad y complementariedad. Si bien la pandemia ha impactado fuertemente en nuestro estilo de vida, como una mayor sensación de vulnerabilidad y aislamiento, las personas mayores han sufrido una vida crítica, la serenidad propia del largo trayecto de vida sumado al haber sobrevivido al SARS-COV-2 nos han creado un espacio en nuestra sociedad como un grupo que cuenta con las condiciones intelectuales para construir en paz una verdadera nación para todas las personas que lo habitan.

Reseña: Envejecimiento activo y solidaridad intergeneracional: Claves para un envejecimiento activo. José M. Roa, Aula Permanente de Formación Abierta, Universidad de Granada.

El artículo señala que como se va incrementando la cantidad de adultos mayores en el mundo y más fuerte su influencia, es perentorio que se actualice el concepto de "vejez activa".

De acuerdo con Butler, el envejecimiento activo es el envejecimiento productivo, siendo "la capacidad de un individuo o una población para servir en la fuerza de trabajo remunerado, en actividades de voluntariado, ayudar en la familia y mantenerse tan independiente como sea posible", siendo además herramienta contra la pobreza y aislamiento

El concepto "Envejecimiento activo" según la "Comisión del Año Europeo para la Vejez Activa y Solidaridad entre Generaciones" (2012) es "Ejercer con buena salud, y como miembro de pleno derecho de la sociedad; sentirse más satisfecho en el trabajo, más independientes en la vida cotidiana y participar más como ciudadanos".

Lo anterior fundamentalmente en tres áreas: empleo, sociedad y vida independiente, destacándose la importancia de la educación. Se destacan los *Programas universitarios de mayores (PUM)* respecto a los cuales Roa Venegas señala: "Es aquí, donde se inserta este trabajo con la intención de poner de manifiesto la importancia de los Programas Universitarios de Mayores en esta vejez activa", agregando que a las personas mayores les gusta aprender y leer, beneficiando su salud mental.

Los fines formativos de los PUM se logran con:

** Formación Universitaria con aprendizaje autónomo*

** Ampliando conocimiento y cultura*



SINAPSIS N°2- marzo 2023

- * *Mayor aprovechamiento del tiempo libre*
- * *Desarrollo personal desde la educación para toda la vida*
- * *Acceso a otros estudios universitarios*
- * *Educación para desarrollo personal y de la sociedad*

Los PUM proponen actividad mental elevada, activando procesos cognitivos.

El trabajo fue hecho en base a una encuesta a 331 alumnos del PUM. Se infiere que el involucrarse en el PUM resulta no sólo en aprendizaje de conocimiento, sino también en planificación del tiempo libre.

El objetivo de este trabajo "ha sido incidir en que un elemento importante más, para mantener un envejecimiento activo, es la optimización de la conducta de las personas mayores mediante actividades mentales, de aprendizaje y educación que se ofrecen en los PUM".

Vejez activa en Chile y en Estados Unidos: Un análisis comparativo

ChatGPT

(Como es sabido, la validez de las respuestas de este programa de Inteligencia Artificial no está 100% garantizada. Por lo tanto, se deja al criterio de las y los lectores estimar el valor de este ensayo experimental. Se presenta sin alteración alguna).

La vejez activa es un concepto cada vez más relevante en la sociedad actual, en la que la esperanza de vida ha aumentado y la población de adultos mayores se ha incrementado considerablemente. En este ensayo comparativo se abordará la vejez activa en Estados Unidos y Chile, analizando sus diferencias y similitudes en términos de factores demográficos, culturales, económicos y sociales.

En primer lugar, cabe destacar que tanto Estados Unidos como Chile tienen una población envejecida. Según el censo de 2020, en Estados Unidos el 16% de la población tiene 65 años o más, mientras que en Chile el 12,8% de la población se encuentra en esta franja etaria. Esto significa que ambos países tienen una gran cantidad de adultos mayores que requieren atención y cuidado.

En cuanto a los factores culturales, en Estados Unidos se valora mucho la independencia y la autonomía, incluso en la vejez. Existe una cultura de la actividad física y la alimentación saludable que promueve la prevención de enfermedades y la longevidad. Además, en este



SINAPSIS N°2- marzo 2023

país existe una amplia variedad de programas y servicios para adultos mayores, desde actividades recreativas hasta servicios de atención médica especializada.

Por otro lado, en Chile existe una cultura en la que se valora mucho el cuidado de los adultos mayores, que muchas veces se queda en manos de la familia. Si bien en las últimas décadas se ha producido un cambio en este aspecto, con la creación de instituciones y programas que buscan mejorar la calidad de vida de los adultos mayores, aún queda un largo camino por recorrer en términos de independencia y autonomía.

En cuanto a los factores económicos, Estados Unidos es un país que cuenta con una economía sólida y diversificada, que permite a los adultos mayores tener acceso a una amplia gama de servicios y programas. Sin embargo, en este país también se dan desigualdades económicas entre los adultos mayores, ya que algunos tienen una buena pensión y pueden permitirse un estilo de vida activo, mientras que otros viven en la pobreza y no tienen acceso a los mismos recursos.

En Chile, la situación económica de los adultos mayores es más complicada debido a la baja tasa de pensiones y la falta de recursos. Muchas veces, los adultos mayores tienen que seguir trabajando para poder subsistir, lo que dificulta la posibilidad de una vejez activa. Además, la brecha entre los adultos mayores más ricos y los más pobres es muy amplia, lo que dificulta el acceso a servicios y programas para una vejez activa.

En cuanto a los factores sociales, en Estados Unidos existe una sociedad más individualista, en la que cada persona es responsable de su propia vida y bienestar. Esto puede tener un efecto positivo en la vejez, ya que promueve la independencia y la autonomía. Sin embargo, también puede ser un factor negativo, ya que puede llevar a la soledad y al aislamiento social.

En Chile, en cambio, existe una sociedad más comunitaria, en la que se valora la vida en familia y las relaciones interpersonales. Esto puede tener un efecto positivo en la vejez, ya que permite la creación de redes de apoyo y el cuidado mutuo. Sin embargo, también puede ser un factor negativo, ya que puede llevar a una dependencia excesiva de la familia.