



MINUTA AMISTAD EN PERSONAS MAYORES EL MERCURIO

1) ¿Es posible hacer amistades cuando se es mayor de 60 años? ¿Qué consejos daría para lograrlo?

Es importante comprender que el envejecimiento es una etapa más del ciclo y curso de vida, donde cada persona mantiene sus derechos, sus deseos de aprender, de conocer gente nueva, desarrollar hobbies, artes u oficios, entre muchas otras cosas. Nada de esto se pierde con la vejez, por lo que la participación de las personas mayores es uno de los ejes prioritarios que impulsamos como Servicio Nacional del Adulto Mayor, ya que les permite a quienes tienen 60 años y más, mantenerse activos, compartir sus experiencias y vivencias. A través de todos nuestros programas, este ámbito es uno de los ejes centrales, donde trabajamos en generar espacios de encuentro, que permitan a este grupo de la población, compartir, conversar e intercambiar sus ideas, aportando a su integración e inclusión social en nuestra sociedad chilena.

No existe una edad límite para tener amistades. Se puede hacer en cualquier momento, lo importante es tener una buena disposición para conocer a otros y otras, y en nuestro rol como institución del Estado, generar las condiciones para facilitar estos espacios de encuentro.

2) ¿Por qué es importante no perder los lazos y hacer nuevos, sobre todo a esta edad?

Contar con redes de apoyo es algo fundamental para todas las personas. Si uno mira la composición de la sociedad chilena nos damos cuenta que hemos pasado de tener familias muy grandes a familias pequeñas, con un solo hijo, o incluso sin ellos.

Por lo mismo, tener amistades, gente con quien compartir nuestros problemas, inquietudes, nuestras alegrías es clave para evitar la sensación de soledad. Datos de la última Encuesta de Calidad de Vida en la Vejez, realizada por la Universidad Católica, nos muestran que este es uno de los principales temores que tienen las personas mayores. Incluso, hay países que han impulsado la creación de un Ministerio de la Soledad.

En Chile, aún es importante el rol que cumple toda la comunidad, ya que es quien está más cercano y directo al entorno de una persona mayor. Por eso, nuestro trabajo se centra en articular con la red local todas las medidas y acciones que nos permitan avanzar hacia un bienestar y una mejor calidad de vida para las personas mayores.

3) Para los séniors que viven solos, ¿dónde se recomendaría que busquen amistades? (por ej en hogares de adulto mayor; o en clubes, cursos, etc)

Como Servicio Nacional del Adulto Mayor hemos impulsado fuertemente la instalación de nuevos Centros Diurnos a lo largo del país, creciendo en más de un 50% en el número de dispositivos en estos últimos dos años. Actualmente, contamos con 165 recintos, lo que nos permite llegar a más de 10 mil personas mayores, quienes asisten de manera regular a participar de talleres que permiten resguardar sus capacidades físicas y cognitivas, pero también compartir entre ellos. Este trabajo hace que se relacionen, que hablen de sus experiencias y que se acompañen.

Además, es importante recalcar que según la Encuesta Casen, las personas mayores representan el grupo de la sociedad que más participa en organizaciones sociales, y eso lo vemos como institución en nuestro Fondo Nacional, que cada año convoca a cerca de 10 mil organizaciones, clubes y agrupaciones de personas mayores de todo Chile.

Finalmente, me gustaría reiterar que no existe una edad, un lugar determinado o un momento específico para hacer nuevos amigos. Estos pueden llegar en cualquier momento, y lo importante, es abrirse a esos espacios vinculares o relacionales, generar lazos que permitan encontrar un apoyo para cuando lo necesitemos, pero también con quién o quiénes compartir esos instantes de felicidad que tan bien nos hacen en la vida.



Francisca Rojas Herrera
Encargada
Unidad de Comunicaciones
SENAMA