



## PREOCUPADOS POR EL FUTURO Y MÁS RESILIENTES: ASÍ ES EL ADULTO MAYOR DE HOY

- A través de la Encuesta 3D GFK Adimark, se observa que las personas mayores se han incorporado al mundo digital: el 64% dice que es importante estar siempre conectados.

Las personas mayores han sido uno de los grupos etarios más afectados por la crisis sanitaria producto del Covid-19. El extenso confinamiento ha afectado su salud tanto física como mental. Sin embargo, a pesar de las dificultades, este grupo de la población ha logrado implementar estrategias de afrontamiento de esta emergencia y ha evidenciado su capacidad de resiliencia.

Según los resultados de la Encuesta Chile 3D de GFK Adimark, el 77% de las personas mayores declara que les ha impactado el Covid-19. De ellos, el 43% dice que le ha afligido mucho.

Las largas cuarentenas y la distancia física los han acercado a la soledad, pero también ha impactado en su percepción del futuro. De hecho, el 75% de los adultos mayores encuestados señala estar más preocupado del futuro que antes.

Por otra parte, se observa que en este período han aumentado los problemas de salud mental, como la depresión, la soledad, el sentimiento de pérdida y la incertidumbre en este grupo etario y el 64% declara estar más estresado que antes.

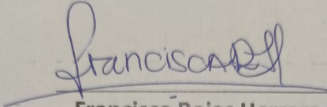
Respecto al uso de la tecnología, las personas mayores se han incorporado al mundo digital. El 64% dice que es importante estar siempre conectado (41% más que en 2019) y solo el 20% dice que no se lleva bien con la tecnología.

El director del Servicio Nacional del Adulto Mayor, SENAMA, Octavio Vergara, señaló al respecto que “si bien el extenso confinamiento ha tenido consecuencias importantes en la salud de las personas mayores, los recursos personales y las estrategias de autocuidado que han desarrollado, constituyen valiosas herramientas al momento de enfrentar esta emergencia. La calidad de los vínculos familiares y vecinales establecidos, la alfabetización digital y el acceso a recursos tecnológicos son algunas de las herramientas que han disminuido la sensación de soledad y aislamiento y que constituyen factores protectores en este segmento de la población”.

La encuesta permite reconocer también los cambios que han experimentado las personas mayores a nivel personal, quienes indican que entre las causas que más los mueven está la igualdad de oportunidades con el 38% (18% más que en 2019), seguida por la protección a los senior con el 31% y la protección al medio ambiente con el 30%.

Sobre el entorno personal de las personas mayores, el 89% declara tener hijos, el 80%, nietos y el 66%, mascotas. En el ámbito económico el 47% tiene menos capacidad de ahorro que antes.

Respecto a su tiempo libre, el 67% declaró realizar reparaciones o arreglo en el hogar (+13%), el 58% lee libros (+20%), el 58% realiza manualidades como jardinear, pintar cuadros, etc. (+8%). Por último, el 56% dice tener más tiempo de ocio que antes.



**Francisca Rojas Herrera**  
Encargada  
Unidad de Comunicaciones  
SENAMA