

Académico especialista en salud mental



Señor director:

En Chile viven más de 3,4 millones de personas mayores, según el INE, y representan un 17,6% del total de la población. De acuerdo a la misma institución, la quinta causa de muerte de este grupo se relaciona con trastornos mentales y del comportamiento, sumado a enfermedades del sistema nervioso. Asimismo, una de cada cinco personas sobre 60 años padece de alguna condición asociada a la salud mental, donde los diagnósticos más comunes son la demencia, depresión, ansiedad y abuso del alcohol.

Este sombrío panorama general de las principales cifras oficiales sobre el estado de la salud mental de nuestros adultos mayores es una señal más de alerta para toda la sociedad sobre la mala calidad de vida de un sector de la población que está creciendo, sobre todo, después de la pandemia.

Especialmente, se transforma en un tema durante fin de año, porque durante la Navidad y Año Nuevo son instancias donde ellos pueden palpar con más fuerza el distanciamiento con los amigos y la familia, desencadenando sentimientos de soledad y de carencia emocional. Además, en esta época las personas

mayores suelen hacer balances, donde revisan las experiencias acumuladas de la vida, tanto positivas como negativas, que se transforman en otra carga emocional.

Por lo mismo, nunca está de más reiterar y resaltar la responsabilidad como sociedad de cuidar a quienes han sido nuestros pilares. Y esta mirada no sólo debemos expresarla época de celebraciones, sino durante el año completo, porque no hay que olvidar que el largo recorrido de la vida nos llevará a todos hasta esta misma etapa.

Néstor González

Académico especialista en salud mental