Casi un tercio de las personas mayores presenta sospecha de síntomas depresivos, según datos de la Quinta Encuesta Nacional de Calidad en la Vejez 2019. El estudio también reveló una alta prevalencia de síntomas de ansiedad en la población mayor, con un elevado nivel de preocupaciones.

Frente a estas cifras poco alentadoras, el director del Instituto de Filosofía de la Universidad de Valparaíso, Marcelo Arancibia, señala que la filosofía puede ser una valiosa herramienta para mejorar la salud mental de las personas de 60 años y más: “A mi juicio, la filosofía puede ayudar a las personas mayores a vivir de forma más despierta y vital, ocupando su tiempo de forma productiva durante el ocio, ejercitando su memoria y pensamiento conceptual, así como también la creatividad. La filosofía mejora la calidad de vida al entregar una perspectiva más amplia y ayuda a vivir la vida con buena disposición”, detalla.

Anuncio Patrocinado

Históricamente la filosofía se ha preocupado del buen vivir, del cuidado de sí mismo, del cuerpo y del espíritu, elementos esenciales en la etapa de la vejez, plantea el especialista de la UV. “Al acercarnos al fin de la vida, también resultan fundamentales las preguntas por el sentido y la finitud de la existencia humana, ambas preguntas centrales de la filosofía y, por lo tanto, temas en los que nuestra disciplina puede realizar un gran aporte”.

El académico asegura que una persona mayor que cuente con capacidades reflexivas siempre podrá colaborar en su comunidad, “contribuyendo con su experiencia de vida y un ojo sensato para comprender el presente”, sobre todo en periodos de crisis. “El estallido social del 18-O nos ha enseñado que la ciudadanía es profundamente reflexiva, pero que carecía de medios para poder expresarse y canalizar sus ideas en propuestas de país. En ese contexto, la filosofía es una gran herramienta en el análisis político, pues su forma de analizar los problemas permite ver la realidad en una amplia gama de matices, lo cual es muy importante para evitar las polarizaciones ideológicas y fanatismos”.

Encuentros filosóficos virtuales

Formación humana del ser, búsqueda de la felicidad, muerte y trascendencia, aproximaciones a la ética y pensamiento crítico en el envejecimiento son algunos de los tópicos abordados en los Encuentros Filosóficos Intergeneracionales en línea

de la UV, desarrollados por estudiantes de la carrera de Pedagogía en Filosofía y el Centro Gerópolis, bajo la supervisión académica del profesor Esteban Maldonado.

“La nueva administración del Instituto de Filosofía comprendió que aunque el ejercicio abstracto es necesario, no es suficiente. Y el estallido social terminó por confirmar dicha sospecha. Así, surge una nueva perspectiva de vinculación con el medio del Instituto, que busca entablar un diálogo con el territorio. Además, los diálogos intergeneracionales se vinculan con la línea pedagógica de la carrera y las llamadas asignaturas del sello UV, constituyendo un espacio formativo para nuestros estudiantes, quienes allí aprenden a hacer clases en un formato de encuentro y diálogo razonado sobre cuestiones fundamentales para la pedagogía de la filosofía en el siglo XXI”, subraya el doctor en Estudios Sociales de la Ciencia y la Tecnología.

Positiva recepción

Ambos ciclos han reunido en total a un centenar de personas mayores de distintos lugares del país. Erika Olivares ha sido una de las participantes: “Filosofía fue definida por primera vez como amor por la sabiduría y eso es precisamente lo que me ha motivado a participar en este ciclo. Sin duda esta disciplina enseña a pensar en los dilemas del ser humano y nos proporciona herramientas para un pensamiento crítico para argumentar, lo que nos permite cuestionar la tradición y la autoridad; una persona que piensa no puede ser manipulada fácilmente”, manifestó.

En tanto, Cecilia García indicó que es su primera vez participando en actividades convocadas por la UV. “Me gustó mucho participar, el tema lo encuentro interesante, sobre todo el enfoque intergeneracional, ya que tenemos la oportunidad de compartir con jóvenes y mayores. Me motivan mucho los temas, uno tiene que pensar y reflexionar, la filosofía nos da esa oportunidad de cuestionar y tomar nuestras propias decisiones en la vida y también respecto al mundo donde uno quiere vivir, con tolerancia y respeto hacia nuestro planeta. Destaco el interés de los profesores y alumnos por desarrollar estos talleres, que dan un espacio a los que vamos más adelante en este camino de la vida”, expresó.

Los encuentros se llevan a cabo los días lunes, de 10:30 a 12:00 horas. Quienes deseen participar en las próximas sesiones pueden inscribirse escribiendo al correo geropolis@uv.cl, la actividad es abierta a la comunidad general.

y tú, ¿qué opinas?