

## Clubes de Adulto Mayor en Chile: Espacios que ayudan a resignificar la vejez en esta etapa de vida

El primer día de octubre se conmemora el Día del Adulto Mayor, marcando un mes privilegiado para sensibilizar sobre las oportunidades y desafíos que abren la mayor esperanza de vida y el cambio demográfico de la población en Chile. Una de estas oportunidades está presente en los Clubes de Adulto Mayor, organizaciones que promueven la participación, la socialización y la mejora de la calidad de vida de las personas de más edad con las que el proyecto Juntos con los Mayores de la Corporación 3xi trabaja activamente.

De acuerdo con proyecciones demográficas, para el año 2030 Chile tendrá más de 4.5 millones de personas mayores de 60 años, cifra que seguirá aumentando hasta superar los 6.9 millones en 2050. Este crecimiento poblacional demanda políticas públicas y espacios que favorezcan el envejecimiento activo y la permanencia de las personas mayores en la comunidad. Por ello, los clubes de adultos mayores se consolidan como un espacio cada vez más presente a lo largo de todo Chile.

### Anuncio Patrocinado

María Paz Carvajal, Directora Ejecutiva de Juntos con los Mayores, explica que *“Los clubes de adulto mayor son un espacio donde las personas pueden compartir, aprender y sentirse parte de una comunidad. Fortalecen la autonomía y permiten a las personas mayores organizarse para abordar sus propios desafíos, postular a fondos y alcanzar objetivos comunes. Además, se establecen vínculos estrechos, que no solo dan sentido de pertenencia, sino que también pueden transformarse en una importante red de apoyo”*.

Una encuesta aplicada durante el primer semestre de 2024 por Juntos con los Mayores a 124 Clubes de Adulto Mayor de la Región Metropolitana mostró que el 83% de los clubes encuestados está adscrito a una UCAM (Unión Comunal de Adultos Mayores), lo que refleja una alta participación comunitaria. Sin embargo, el 69% de los clubes depende de espacios cedidos o prestados, lo que evidencia la necesidad de infraestructura más estable para su funcionamiento.



**WAM | PUBLICIDAD**

**AGENCIA DE PUBLICIDAD**

- Impresiones
- Manejo de redes sociales
- Videos y fotografías profesionales

**Conversemos por WhatsApp**

Además, el estudio revela que los clubes están compuestos por un promedio de 26 socios inscritos, de los cuales 22 participan activamente. Las principales actividades realizadas son de carácter social, como onces y reuniones (mencionadas por el 91% de los encuestados), seguidas de paseos y viajes fuera de su comuna (77%). La edad promedio es de 71 años y sus participantes son mayoritariamente mujeres.

Los Clubes de Adulto Mayor no solo brindan un espacio para la socialización y el entretenimiento, sino que también fomentan el liderazgo, la organización, y la capacidad de las personas mayores para adquirir herramientas y formar redes de apoyo entre sus pares.

Para las personas mayores, estos clubes son una fuente esencial de apoyo y compañerismo. Para Mariana Santibáñez, presidenta del Club Cambiando mi Vida, de la comuna de Pedro Aguirre Cerda, destaca que *“El club de Adulto Mayor nos ha permitido darnos cuenta de que podemos disfrutar la vida, aprovechamos redes de apoyo, para pasarlo bien y aprender cosas nuevas. Las personas mayores cada día estamos más empoderadas y utilizamos estos espacios de socialización para hacer actividades que son de nuestro interés en la comunidad”*.

Finalmente, la Directora Ejecutiva de Juntos con los Mayores recalca la importancia de seguir conociendo el funcionamiento de los clubes, de manera de contribuir a fortalecerlos

## Clubes de Adulto Mayor en Chile: Espacios que ayudan a resignificar la vejez en esta etapa de vida

por la importancia que tienen en la calidad de vida de las personas. *“La socialización es un pilar esencial para el envejecimiento activo. Y estos clubes así como otras organizaciones sociales son la oportunidad perfecta para vivir día a día con vitalidad y propósito. Es importante visibilizarlos para que como sociedad también cambiemos la imagen negativa que muchas veces impera sobre la vejez y el envejecer”.*

y tú, ¿qué opinas?