

## ¿Por qué fue importante este estudio?

En Chile y el mundo la población de personas mayores aumenta. Se sabe que la salud mental de las personas mayores presenta desafíos en el acceso a atención oportuna, especializada, y con variedad de enfoques.

Debido a esto, se requieren estudios que incluyan la perspectiva de las personas mayores, para diseñar y mejorar iniciativas que les ayuden de forma efectiva.

## Salud Mental de las personas Mayores

La depresión y ansiedad son frecuentes en personas mayores. Factores como la educación, el nivel socioeconómico, las redes de apoyo y el acceso a salud, crean desigualdad en esta área. La estigmatización social de problemas de salud mental en esta edad, puede influir en que las personas mayores sean vistas como débiles y les cueste buscar apoyo.

Estas situaciones, requieren servicios de salud mental que consideren las necesidades y expectativas de las personas mayores.

## ¿Qué dijeron sobre la Salud Mental?

Es importante recibir apoyo individual y comunitario, para desarrollar habilidades emocionales y sociales, que les permitan prepararse para esta etapa. La atención en salud mental, debería mejorar aspectos de información, acceso, calidad y capacitación profesional, para visibilizar tanto las dificultades, como las potencialidades de las personas mayores.



“Facilitadores y barreras para el diagnóstico y tratamiento de depresión en hombres y mujeres mayores inscritos en Centros de Atención Primaria en Santiago: un estudio con métodos mixtos.”



## ¿Qué Estudiamos?

Se realizaron 253 entrevistas individuales a personas mayores, además de 8 grupos de entrevistas, con sesenta y dos personas, entre los 62 y 88 años de edad. En su gran mayoría participaron mujeres, con solo un 26% de varones. Del total de las personas mayores entrevistadas, un cuarto vivían solas, poco más de la mitad consideraba que su salud era buena y percibían que el apoyo familiar y social era insuficiente. El 72% no conocía bien los servicios de salud mental de su comuna. Además, temas como la soledad, la participación grupal y el acceso a salud, fueron importantes.

## Barreras y Facilitadores

Algunas situaciones que las personas mayores expresaron que promueven **su salud mental** fueron:

Capacidad profesional para detectar temas urgentes, brindando soluciones prácticas al adulto mayor.

Acceso a participación en grupos enfocados a personas mayores.

Algunas experiencias de orientación a grupos de personas mayores, para enfrentar conflictos familiares y problemas emocionales propios de la etapa.

Existencia de grupos como MAS adultos mayores, CEDIAM y clubes de adulto mayor.

**Algunas barreras** planteadas:

Pocas horas y baja frecuencia de atención en salud mental, escaso interés en temas de personas mayores, y concentrar las soluciones en recetar fármacos. También falta de atención a las familias de adultos mayores con problemas, pocos especialistas o falta de capacitación para atender este tipo de población. La baja participación de los adultos mayores en la comunidad, y asumir que los problemas de salud mental son parte de la vejez, dificultan la búsqueda de ayuda.

## ¿Qué otros temas fueron importantes?

Las personas mayores entrevistadas consideraron de vital importancia participar en grupos con otros adultos mayores, ya que esto les permitía compartir con personas que vivían situaciones similares y buscar apoyo entre ellos.

**Mantenerse en varios tipos de actividades en la semana, podía darles metas que cumplir. A través de esto, realizaban actividad física y estimulación mental, que en sus hogares era difícil tener.**

**Esto plantea la necesidad de mejorar los espacios de salud comunitaria y participación del adulto mayor, a fin de que esta etapa, sea realmente plena.**



UNIVERSIDAD  
SAN SEBASTIAN



FONDECYT  
Fondo Nacional de Desarrollo  
Científico y Tecnológico