

# 1 de cada 3 adultos mayores sufre riesgo de desnutrición en Chile

El Ciudadano · 6 de diciembre de 2024

---

*La primera Encuesta de Salud, Seguridad Alimentaria y Calidad de Vida (ESSALCAVI) muestra que un 15,9% de personas mayores experimenta inseguridad alimentaria y que un 23% consume poca variedad de alimentos saludables o nutritivos por falta de dinero.*



---

El Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos (INTA) de la Universidad de Chile presentó los resultados de la primera Encuesta de Salud, Seguridad

**Alimentaria y Calidad de Vida (ESSALCAVI)**, los cuales revelan preocupantes datos sobre la situación nutricional de los adultos mayores en el país.

Según datos del Instituto Nacional de Estadísticas (INE) de 2022, el país cuenta con cerca de tres millones de habitantes de 65 años o más, de los cuales el 56,4% son mujeres y el 43,6% hombres.

De acuerdo con la encuesta, un 32,4% de los adultos mayores están en riesgo de desnutrición, siendo más alto en mujeres (35,1%) que en hombres (28,9%).

Un 5,6% presenta desnutrición. Mientras que el 62% tiene un estado nutricional dentro de los rangos normales.

Un 86,4% de adultos mayores aseguró que su principal fuente de ingreso del hogar corresponde a una pensión. Sobre la percepción de inseguridad alimentaria según condición socioeconómica, un 59,5% percibido como pobre afirmó tener inseguridad moderada o severa

Según la encuesta, el 21% aseguró no consumir y un 23% indicó que consume poca variedad de alimentos saludables o nutritivos por falta de dinero. Un 5,6% de los encuestados señaló haber pasado un día completo sin comer por falta de recursos.

Por su parte, un 5,6% de los consultados dijo haber pasado un día entero sin comer por falta de recursos, mientras que un alto porcentaje considera los precios de carnes (89,8%) y productos del mar (79,1%) como elevados e inalcanzables. En el caso de las verduras, esta percepción llegó al 61,4%.

Uno de los factores puede estar relacionado con esta alarmante situación es la dependencia de ingresos por pensión, ya que en Chile más del 70% de las pensiones (considerando PGU) son menores al salario mínimo.

## **Inseguridad alimentaria y salud mental**

Desde el INTA subrayaron que la inseguridad alimentaria influye directamente en la salud física, nutricional y mental de las personas mayores.

Este fenómeno se asocia con factores como ingresos económicos, conocimientos nutricionales, acceso a lugares de abastecimiento y redes de apoyo.

A nivel nacional, el 15,9% de las personas mayores enfrenta inseguridad alimentaria (IA) Severa+Moderada, lo que equivale a una de cada seis personas en esta situación, con una proporción de IA Severa de 4,2%. En la Macrozona Norte se observó el mayor nivel de IA Severa, con un 8,5%.

Esta cifra es mayor entre aquellos adultos mayores que se sienten solos. A nivel nacional, el 26,8% de las personas mayores siente soledad, aumentando a un mayor nivel en la zona norte (37,5%), mientras el más bajo corresponde a la macrozona centro del país (23,4%).

Las principales enfermedades crónicas que afectan a esta población son hipertensión (65,6%), enfermedades osteoarticulares (45,8%), diabetes tipo II (35,4%) y depresión (25,1%).

«El solo hecho de que las personas mayores no se sientan tranquilas de que van a poder acceder a suficiente alimentación a futuro es un problema muy serio para nuestro país, para la salud mental, por el peso que implica en nuestros sistemas de salud y, por supuesto, para el Chile que queremos construir», destacó la vicerrectora (s) de Investigación y Desarrollo de la U. de Chile, Anahí Urquiza.



Ver esta publicación en Instagram

Una publicación compartida por Fundación SOL (@lafundacionsol)

## Salud oral y visual

Con relación a la salud oral y visual, al 50,9% de los encuestados les faltan todos o la mayoría de sus dientes, y el 52% tiene dificultad para leer la información en envases de alimentos.

Ante estos resultados, la doctora Cecilia Albala, coordinadora del Núcleo de Envejecimiento, Vejez y Calidad de Vida del INTA, señaló que “el enfrentamiento del envejecimiento tiene que ser transversal, enfocando la salud oral, social, el entorno, la salud psicológica y otros factores”

Por su parte, Gonzalo Uriarte, presidente de Alimentos y Bebidas de Chile (AB Chile) aseguró que “el gran llamado que hace esta encuesta es que tenemos que mirar por sobre todo las necesidades de los adultos mayores. Y lo que tenemos, adaptarlo y actualizarlo”.

Asimismo,, propuso “echar a andar políticas públicas a nivel local para empezar desde lo micro a lo macro a asumir algunos de los retos que nos deja este estudio”.

## **Programas alimentarios para adultos mayores**

La encuesta también consideró la asociación entre inseguridad alimentaria (IA) y los programas alimentarios públicos orientados a las personas mayores,

incluyendo preguntas específicas sobre el Programa de Alimentación Complementaria del Adulto Mayor (PACAM):

-A nivel nacional, sobre el 60% de la población beneficiaria de 70 y más años no retira la bebida láctea ni la crema “Años Dorados” (la Región Metropolitana y Macrozona Norte muestran los porcentajes más altos).

-Entre las personas con inseguridad alimentaria, el 42,6% no retira los alimentos del PACAM.

-Entre quienes retiran la bebida láctea, el 23,4% declaró consumirla ‘nunca o casi nunca’ y el 19,4% ‘algunos días’. En el caso de la crema, los porcentajes fueron del 18,7% y 32,8%, respectivamente.

## **Mayor acceso a alimentos nutritivos y asequibles**

En sus conclusiones, ESSALCAVI destaca la importancia de una intervención estatal más efectiva, con políticas públicas de Seguridad Alimentaria y Nutricional (SAN) que aborden directamente las necesidades de los adultos mayores. Además, se subraya la necesidad de mejorar el acceso a alimentos nutritivos y asequibles para prevenir el avance de la desnutrición y mejorar la calidad de vida general de este segmento poblacional.

Este esfuerzo debe estar respaldado por un enfoque multidimensional que considere factores individuales, familiares y comunitarios para garantizar un

envejecimiento saludable, entendido como el proceso de desarrollar y mantener la capacidad funcional que posibilita el bienestar en la vejez.

Para llevar a cabo la encuesta, se entrevistó en forma presencial a 1.171 mayores de 65 años (62% mujeres), residentes en 88 comunas de Chile, cubriendo el total de las regiones del país y hábitat urbano o rural. Se consideraron aspectos como descripción de condición socioeconómica, autopercepción de salud y calidad de vida, limitaciones funcionales, enfermedades crónicas, depresión y otras, mediante la aplicación de escalas de medición internacionales.

---

**Fuente:** El Ciudadano