

# CAMINANDO POR EL BARRIO<sup>1</sup>

## COMPRENDIENDO LAS EXPERIENCIAS DE LAS PERSONAS MAYORES EN UN SANTIAGO ADVERSO, EN TIEMPOS DE PANDEMIA

WALKING THROUGH THE NEIGHBORHOOD: UNDERSTANDING SENIORS' EXPERIENCES  
DURING THE PANDEMIC, IN A HARsher SANTIAGO

MARIE GERALDINE HERRMANN-LUNECKE 2  
CRISTHIAN FIGUEROA MARTÍNEZ 3  
FRANCISCA PARRA HUERTA 4

1 Este artículo es parte de ANID Fondecyt Regular N°1200527 titulado "Identificación de tipologías del entorno construido que fomentan la caminata del adulto mayor: un análisis en barrios de la Comuna de Santiago".

2 Doctora en Urbanismo  
Universidad de Chile, Santiago, Chile  
Profesora Asociada Departamento de Urbanismo  
<https://orcid.org/0000-0003-0186-441X>  
[mherrmann@uchile.cl](mailto:mherrmann@uchile.cl)

3 Doctor en Estudios de Transporte  
Pontificia Universidad Católica de Chile, Santiago, Chile.  
Investigador postdoctoral Centro de Desarrollo Urbano Sustentable UC (CEDEUS)  
<https://orcid.org/0000-0002-6399-8360>  
[cfiguer@uc.cl](mailto:cfiguer@uc.cl)

4 Magister en Proyecto Urbano  
Universidad de Chile, Santiago, Chile.  
Asistente de Investigación  
<https://orcid.org/0000-0002-2943-2742>  
[fnparra@uc.cl](mailto:fnparra@uc.cl)



Este artículo tiene como objetivo indagar en las condiciones que las personas mayores enfrentan al caminar por los barrios en los que residen. Se busca identificar las formas en las que las características socioespaciales de los barrios, el entorno construido y la pandemia de COVID-19 afectan sus caminatas. Para lograr tales objetivos, el trabajo reporta los resultados de un grupo de entrevistas y grupos focales en los que se invitó a personas mayores residentes de cuatro barrios localizados en la Comuna de Santiago de Chile a conversar sobre sus caminatas y los obstáculos que enfrentan cuando se mueven a pie. Los resultados muestran que las personas mayores comprenden la caminata como una actividad altamente beneficiosa que les permite mantenerse activos, conectados y visibles. Evidencian que los procesos de cambio que han afectado a sus barrios han cambiado el paisaje y la arquitectura social de sus vecindarios, incrementando el miedo hacia el espacio público y la sensación de soledad. El análisis de los datos también mostró que las personas enfrentan diversos obstáculos mientras caminan, incluyendo veredas deterioradas, cruces hostiles y paisajes poco placenteros. Aquellos obstáculos se vieron multiplicados por la llegada del nuevo coronavirus, lo que sumó restricciones y preocupaciones que dificultan aún más la caminata. Los datos recogidos revelan la importancia que tiene la caminata para las personas mayores, por lo cual es fundamental la creación de barrios caminables y del fomento de esta actividad en las políticas públicas como una práctica de autocuidado.

**Palabras clave:** personas mayores, caminata, entorno construido, barrios, Santiago de Chile.

This article aims at investigating the conditions seniors face when walking through their neighborhoods. It seeks to identify the ways in which the built environment, the socio-spatial features of the neighborhoods, and the COVID-19 pandemic affect their walks. To that end, the article reports the findings of a set of interviews and focus groups where seniors who reside in four neighborhoods located in the Commune of Santiago, Chile, were invited to talk about their walks and the obstacles they face when taking them.

The findings show that seniors consider walking a highly beneficial activity whereby they remain active, connected, and visible. They state that the processes of change that have affected their neighborhoods have transformed their landscape and social architecture, increasing fear of the public space and the feeling of loneliness. The analysis of the data also showed that seniors face many obstacles when walking, including sidewalks in disrepair, hostile pedestrian crossings, and unpleasant landscapes. Those obstacles were multiplied by the arrival of the new coronavirus, which added restrictions and concerns that make walking even more difficult.

The data gathered emphasizes the relevance of walking for seniors, making the creation of walkable neighborhoods and their promotion in the public policies as a practice of self-care, crucial.

**Keywords:** older persons, walking, built environment, neighborhoods, Santiago de Chile.

## I. INTRODUCCIÓN

Las personas mayores (65 años o más) constituyen un grupo diverso cuyas capacidades y necesidades varían de acuerdo a sus trayectorias, sus redes sociales, las oportunidades que se encuentran disponibles en sus territorios, etc. (World Health Organization [WHO], 2015). En Chile, las personas mayores representan casi el 12% de la población y, con una de las esperanzas de vida más elevadas del continente (80 años), se espera que alcancen un 25% hacia el año 2050 (Instituto Nacional de Estadísticas [INE], 2018). Sin embargo, y a pesar de que el país es firmante de una serie de acuerdos que protegen sus derechos (United Nations [UN], 2002; Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL], 2007; Organización de los Estados Americanos [OEA], 2015), las personas mayores en Chile padecen de una serie de vulneraciones y, a menudo, sufren de pobreza multidimensional (Adams, 2012; Fuentes-García Sánchez, Lera, Cea y Albala, 2013; Abusleme y Caballero, 2014).

La “Encuesta Nacional de Calidad de Vida en la Vejez” (Pontificia Universidad Católica de Chile [PUC] y Caja Los Andes, 2020) revela que un grupo importante de personas mayores en Chile tiene sus necesidades financieras (56,8%), de salud (55,9%) y recreacionales (43,2%) insatisfechas. Casi un cuarto de ellos se siente excluido (24%), objeto de estigmas y estereotipos que, como indican Warmoth *et al.* (2016), minimizan sus capacidades y los relegan a la esfera del hogar, frecuentemente, a labores de cuidado. La misma encuesta indica que la mayoría de la población mayor chilena se siente físicamente saludable (69,2%), pero casi tres cuartos declaran no realizar actividad física (72%). Es más, menos de un quinto (17,1%) indica que camina más de catorce cuadras al día (-1.5 km) en ciudades cuyas características evalúan con notas inferiores a 5 (PUC y Caja Los Andes, 2020); calificaciones “mediocres” en la escala de 1 a 7 que se utiliza en el país.

En ese contexto, el presente artículo tiene como objetivo indagar en las condiciones que las personas mayores enfrentan al caminar por los barrios en los que residen. Se busca identificar las formas en las que el entorno construido y las características espaciales y tipologías edificatorias de los respectivos barrios influyen sus caminatas, experiencias y percepciones en el contexto de la pandemia de COVID-19 y las restricciones que han buscado frenar su expansión. Con la finalidad de alcanzar aquellos objetivos, este trabajo reporta los resultados de un grupo de entrevistas semiestructuradas y grupos focales en donde se invitó a personas mayores a conversar sobre sus caminatas, los aspectos del entorno construido que las facilitan u obstaculizan y los impactos que la pandemia de COVID-19 han tenido sobre sus vidas y caminatas. La labor se llevó a cabo en Santiago (Chile), específicamente, en cuatro sectores de la Comuna de Santiago, en aras de colaborar con los múltiples esfuerzos orientados a hacer más accesible el espacio público de las ciudades latinoamericanas (Ciudad Autónoma de Buenos Aires [CABA], 2015; Programa de las Naciones Unidas para

el Desarrollo [PNUD] y Ministerio de Vivienda y Urbanismo [MINVU], 2017; Secretaría de Desarrollo Agrario, Territorial y Urbano [SEDATU] y Banco Interamericano de Desarrollo [BID], 2018) y con la emergente literatura regional que, hasta el momento, se ha enfocado en la identificación de correlaciones entre las características del entorno construido y los patrones de movilidad de las personas mayores (Arango, Páez, Reis, Brownson y Parra, 2013; Corseuil Hallal, Brownson y D'orsi, 2017).

El artículo se estructura en cuatro secciones. Luego de la introducción, se exponen los referentes teóricos, recogiendo los hallazgos de diversos trabajos que han indagado en las dificultades que enfrentan las personas mayores al caminar. En la sección III se detallan los métodos y los barrios estudiados. Las tres subsecciones que componen el siguiente apartado contienen los principales resultados y abordan las maneras en que los procesos de cambio de sus barrios han afectado las percepciones de las personas mayores, los atributos del entorno construido de los lugares que afectan la caminata y los impactos que la pandemia ha tenido en su práctica. La última parte contiene las principales conclusiones.

## II. MARCO TEÓRICO

### Caminando entre los obstáculos

El transporte, el diseño urbano, la gerontología y otros campos han señalado consistentemente que las características del entorno construido pueden impedir la actividad física y obstaculizar una de las estrategias que las personas mayores emplean para mantenerse activos, conectados con la comunidad y visibles ante la sociedad: la caminata (Lee, Avis y Arthur, 2007; Franke, Sims-Gould, Chaudhury, Winters y McKay, 2019). De esta forma, se ha indicado que el entorno construido influye la percepción de inseguridad (e.g., iluminación artificial), aumenta el miedo a las caídas (e.g., veredas deterioradas) o a verse involucrado en un accidente (e.g., breves ciclos peatonales), empeora la experiencia que las personas mayores tienen en el espacio público (e.g., carencia de amenidades) y, en consecuencia, dificulta la caminata (Yen y Anderson, 2012; Haselwandter *et al.*, 2015).

Para algunas personas mayores (e.g., con movilidad reducida), los mismos atributos del entorno construido pueden transformarse en barreras infranqueables, impidiendo la caminata y privándolas de los múltiples beneficios que su práctica reporta (Clarke, Ailshire, Bader, Morenoff y House, 2008; Nyman, Ballinger, Phillips y Newton, 2013). Por el contrario, la presencia de servicios (e.g., transporte público), equipamientos y áreas verdes en los barrios en donde las personas residen han sido señalados como factores que estimulan la caminata (D. Barnett, A. Barnett, Nathan, Van Cauwenberg y Cerin, 2017; Higuera, Román y Fariña, 2021). La literatura especializada constata, además, que las personas mayores, a diferencia de otros grupos etarios, pasan más tiempo

en sus vecindades y dependen más de los servicios ubicados en las cercanías de su hogar, siendo el entorno construido de los barrios una de las claves para “envejecer en el lugar” (Cramm, Van Dijk y Nieboer, 2018; Graham *et al.*, 2018).

En el caso chileno, los estudios existentes sugieren que la población mayor enfrenta numerosas dificultades en sus desplazamientos cotidianos (Olivi, Fadda y Reyes, 2016; Fadda y Cortés, 2019; Vecchio, Castillo y Steiniger, 2020). Al respecto, Herrmann-Lunecke, Mora y Vejares (2020) sostienen que las veredas en el país son frecuentemente angostas y presentan altos niveles de deterioro. Espinosa, Ibaceta, Meza, Silva y Urzúa (2015) afirman, por su parte, que el tiempo del que disponen los peatones en los semáforos es insuficiente para un número importante de personas mayores. González (2004) sugiere que las ciudades chilenas carecen de amenidades, especialmente de servicios higiénicos públicos, que podrían facilitar los desplazamientos de las personas. Mientras que Herrmann-Lunecke, Figueroa y Vejares (2021b) indican que aquellas falencias tienen origen en instrumentos y normas que poco recogen las necesidades de la población mayor. Tanto Gajardo *et al.* (2012), como Herrmann-Lunecke, Figueroa, Parra y Mora (2021a) son enfáticos al advertir que las personas mayores chilenas llevan vidas relativamente funcionales no por las facilidades que ofrecen las ciudades del país, si no por las redes sociales que poseen y por las estrategias que han desarrollado para sortear dificultades que, de otra manera, los confinarían a sus hogares.

### III. METODOLOGÍA Y CASOS DE ESTUDIO

Para lograr los objetivos del estudio, y como se indicó previamente, se realizaron entrevistas semiestructuradas en las que se invitó a personas mayores a conversar sobre (i) sus caminatas antes y durante la pandemia, (ii) los destinos y (iii) las rutas que siguen y (iv) los aspectos del entorno construido que les parecen relevantes. Una vez finalizadas las entrevistas, se les extendió una nueva invitación, esta vez, para participar en grupos focales en los que se les pidió (i) comentar sobre las cosas que los motivan a salir a caminar y (ii) evaluar distintos aspectos del entorno construido (e.g., veredas, cruces) de sus barrios antes y durante la pandemia. La conversación fue conducida por dos miembros del equipo de investigación que actuaron como “facilitadores”. Ambas herramientas estuvieron, además, guiadas por cuestionarios semiestructurados que cubrieron los temas recién enumerados y fueron aplicados de manera remota -debido a la pandemia y las restricciones vigentes durante el periodo en el que se tomaron los datos (abril-junio 2021)-, mediante llamadas telefónicas o empleando la plataforma de mensajería instantánea *WhatsApp*.

5 El número de participantes se definió de acuerdo a la saturación empírica de los datos que comenzó a aparecer aproximadamente en la octava entrevista de cada sector analizado.

Siguiendo los protocolos aprobados por el Comité de Evaluación Ético Científico de la Facultad de Arquitectura y Urbanismo de la Universidad de Chile, las entrevistas y los grupos focales fueron grabados en audio, transcritos, anonimizados y, posteriormente, importados al *software* de análisis de información cualitativa *atlas.ti*. Utilizando las herramientas del *software*, las transcripciones fueron “codificadas” basándose en el procedimiento de codificación abierta descrito por Strauss y Corbin (1990) y Charmaz (2006). Para esto se asignaron etiquetas descriptivas, o códigos, a fragmentos de las transcripciones que contenían referencias a (i) las cosas que motivan las caminatas, (ii) el entorno construido y (iii) las actividades que ocurren en el espacio público de los barrios. En un análisis orientado al “descubrimiento” (Fossey, Harvey, Mcdermott y Davidson, 2002), los códigos emergieron de los datos recogidos, fueron agrupados en categorías mayores y sistemáticamente refinados siguiendo un proceso iterativo en el que se discutieron los hallazgos con el equipo de investigación y se compararon con las conclusiones que han alcanzado otros autores que han estudiado la materia. Las entrevistas y los grupos focales fueron codificadas por separado.

Los participantes fueron reclutados mediante informantes claves: se solicitaron datos de contacto de personas mayores a líderes vecinales, administradores de conjuntos y otros actores pertinentes. A través de llamadas telefónicas se contactó a las personas mayores y se entrevistó a quienes estuvieron dispuestos a participar. Al finalizar, se les consultó si conocían vecinos que pudieran colaborar. Este proceso de reclutamiento de “bola de nieve” (Geddes, Parker y Scott, 2018) se repitió con cada nueva persona mayor que se integró a la investigación hasta que se alcanzaron cuarenta y un participantes<sup>5</sup>. De ellos, trece fueron solamente entrevistados, mientras que los restantes veintiocho participaron tanto en las entrevistas como en los grupos focales (Figura 1). Los participantes eran vecinos de uno de los siguientes sectores de la Comuna de Santiago, los cuales presentan diferentes características en su entorno construido (Figura 1):

Sector República-Ejército: barrios en los que predomina la fachada continua, con edificaciones históricas que varían entre uno y cinco pisos, y nuevas edificaciones de entre ocho y diez pisos. Este sector es mayormente residencial, con comercio, servicios y equipamiento universitario. Se encuentra adyacente al centro histórico de la ciudad y está flanqueado por infraestructuras de carácter metropolitano (i.e., Autopista Central, Parque O’Higgins).

Sector Pedro Montt-San Eugenio: barrios en los que predomina la vivienda de entre uno y dos pisos (aislada, pareada y continua). Está localizado en el límite sur de la Comuna de Santiago, cercano al Parque O’Higgins, y se encuentra principalmente



BARRIO	DENSIDAD [hab/há]	% PERSONAS MAYORES	TAMAÑO DE HOGARES [hab/hogar]	PARTICIPANTES [F M]
1. REPÚBLICA - EJÉRCITO	274.3	8.0	2.1	10 [9 1]
2. PEDRO MONTT - SAN EUGENIO	103.3	17.1	2.8	12 [9 3]
3. HUEMUL - FRANKLIN	87.8	8.7	2.7	10 [10 0]
4. SAN ISIDRO - SAN BORJA	444.9	6.5	1.9	9 [7 2]

Figura 1. Barrios estudiados y participantes reclutados. Fuente: Elaboración de los autores con datos obtenidos desde INE (2017).

compuesto por conjuntos de vivienda obrera construidos durante la primera mitad del siglo XX. Esta zona es la que registra el mayor porcentaje de personas mayores, duplicando los valores que muestran los demás barrios estudiados (Figura 1).

Sector Huemul-Franklin: barrios con vivienda en bloques y con edificaciones entre tres y cinco pisos. Este sector es adyacente a una de las áreas comerciales más relevantes de Santiago (Franklin/Bío-Bío), en el límite sur de la Comuna de Santiago.

Sector San Isidro-San Borja: barrios en los que predomina la vivienda en altura y edificaciones que superan los diez pisos. Este sector se ubica inmediatamente al sur del casco histórico y en él se localizan universidades y centros médicos de relevancia metropolitana. En años recientes sufrió un profundo proceso de cambio gatillado por la masiva construcción de torres de vivienda que, a veces, superan los veinte pisos. Constituye el más denso de los casos estudiados y es, además, el que tiene el menor porcentaje de personas mayores (Figura 1).

En los siguientes apartados se exponen los principales resultados del análisis que, como se mencionó, recogen las maneras en

que las personas mayores perciben los barrios en donde residen, los obstáculos del entorno construido que enfrentan cuando caminan y los impactos que ha tenido la pandemia sobre sus caminatas. Para ejemplificar temáticas relevantes, estas secciones contienen fragmentos de las entrevistas acompañados por identificadores generales (i.e., género, edad, sector) y mapas de los sectores construidos a partir de los lugares referidos durante los grupos focales.

#### IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Los participantes describieron la caminata como una actividad altamente beneficiosa; parte integral de sus rutinas, un medio para alcanzar servicios, centros de la salud, tiendas, fuentes de trabajo o transporte público, y una actividad recreativa que puede no tener destinos claros ni tiempos de dedicación específicos. Para la mayoría de los participantes, y de acuerdo con numerosos autores (Lee *et al.*, 2007; Franke *et al.*, 2019), la caminata es una estrategia para mantenerse activos. Una práctica que debe ser vigorosa, prolongada y ejecutada

frecuentemente para ser efectiva. Algunos participantes, por ejemplo, indicaron que se trazan metas (caminar  $n$  km o  $n$  horas) y constantemente desafían sus propias marcas: “[Caminar] es lo que me mantiene activo y generalmente camino por todo el barrio aquí. Mire, hoy sin ir más lejos, le cuento cuánto tengo yo... he caminado hoy día 9161 pasos”. (Hombre, 78 años, Huemul-Franklin).

Tener compañía o mascotas fueron usualmente señalados como incentivos a la caminata. Los miedos a las caídas, a sufrir accidentes (e.g., atropellos por automóviles o bicicletas) y al crimen desincentivan su práctica. A estos miedos se suman las preocupaciones que emergieron con el nuevo coronavirus y las informaciones que rápidamente los designaron como uno de los grupos más susceptibles a padecer formas severas de la enfermedad o a fallecer por su causa. Por ejemplo, aquellas personas mayores que viven en las inmediaciones de barrios con congestión peatonal (e.g., barrios comerciales) sostuvieron que la imposibilidad de mantener una distancia física segura les ha dificultado la caminata. Otros participantes afirmaron que las restricciones que han sido implementadas para controlar la expansión de la enfermedad han reducido el número de personas en el espacio público, incrementando el sentimiento de que no va a haber nadie disponible para ayudarlos si algo llegase a ocurrir.

La mayoría de las personas mayores manifestó que suele caminar fuera de los barrios en donde residen a pasear, a realizar actividad física, a mirar escaparates de tiendas (“vitriñar”, según el coloquialismo chileno), a observar la ciudad o a realizar trámites y compras. Los principales destinos mencionados fueron parques emblemáticos (e.g., O’Higgins), barrios comerciales (e.g., Franklin, Meiggs/Estación Central) o de moda (e.g., Lastarria) y, especialmente, el centro histórico de Santiago. Durante las entrevistas, los participantes describieron numerosos lugares atractivos a los que pueden llegar caminando, enfatizando que tal hecho es un “privilegio” que poseen por residir en barrios centrales.

### **Caminando por barrios en proceso de cambio**

Las personas mayores de todos los sectores estudiados indicaron que los barrios en los que residen están cambiando debido a la construcción de viviendas en altura y a la llegada de nuevos habitantes. Esto ha alterado el paisaje al que las personas mayores, en particular, quienes han vivido por un largo tiempo en los barrios, estaban acostumbradas. En barrios en donde el cambio ha sido intenso (San Isidro-San Borja) y ha implicado la construcción de altas torres residenciales (20 o más pisos), las edificaciones que se han mantenido en el tiempo fueron identificadas como “patrimonio” que enriquece monótonos paisajes y evocan recuerdos. En sectores en

donde el cambio ha sido más moderado (República-Ejército), las nuevas edificaciones fueron descritas como mejoras en el paisaje y la infraestructura peatonal (i.e., veredas). Sin embargo, algunos participantes aclararon que estas mejoras han sido puntuales, limitadas al espacio público que antecede al nuevo edificio, y no han logrado revertir el deterioro que observan en el sector. En Pedro Montt-San Eugenio y Huemul-Franklin, zonas donde los procesos de verticalización han sido menores, las nuevas construcciones fueron representadas como una “amenaza latente” que podría alterar profundamente el paisaje y sus caminatas.

La construcción de nuevas edificaciones también ha modificado las características de la población y la arquitectura social de los barrios. Los participantes comentaron que las personas que han llegado a habitar las nuevas torres utilizan algunos servicios locales, pero rara vez interactúan con la comunidad o participan en las organizaciones comunitarias en donde sólo quedan “viejos”. Este comportamiento ha impedido que las personas mayores construyan familiaridad con sus caras, rutinas y costumbres. Así, muchos participantes concordaron en que cada vez conocen menos vecinos, con lo cual se intensifica el miedo a un espacio público en donde no reconocen personas ni comportamientos.

El análisis llevado a cabo también sugiere que las pocas interacciones entre la población mayor y los nuevos habitantes se ha traducido en una creciente sensación de soledad. Numerosos participantes rememoraron emotivamente cómo han ido quedando solos a medida que sus contemporáneos han fallecido y cómo no han podido cultivar nuevos lazos con sus nuevos vecinos, usualmente más jóvenes. Algunas personas mayores, sobre todo habitantes de San Isidro-San Borja, no se proyectan viviendo en el barrio por mucho tiempo más y declararon no tener amigos en él:

Tengo la suerte que gente de aquí de mi condominio por lo menos ahora me contesten mi saludo. Yo digo buenas tardes, buenos días, siempre saludo, trato de interactuar, pero no lo he logrado [...]. Nadie tiene tiempo de detenerse a conversar un rato con nadie, así que no, no interactuó con mis vecinos más aparte del saludo. (Mujer, 65 años, San Isidro-San Borja)

La llegada de nuevos habitantes a los barrios, sumada a la introducción de nuevas actividades (e.g., universidades), también ha aumentado la población flotante y el número de automóviles que ocupan las calles. La población flotante fue descrita como una situación con la que han aprendido a lidiar: el espacio público se “negocia”. Mientras, el aumento de los vehículos fue sindicado como un problema que les ha quitado espacio para caminar (autos estacionados en veredas) y ha incrementado la sensación de que se mueven por espacios diseñados para el automóvil y no para los peatones.

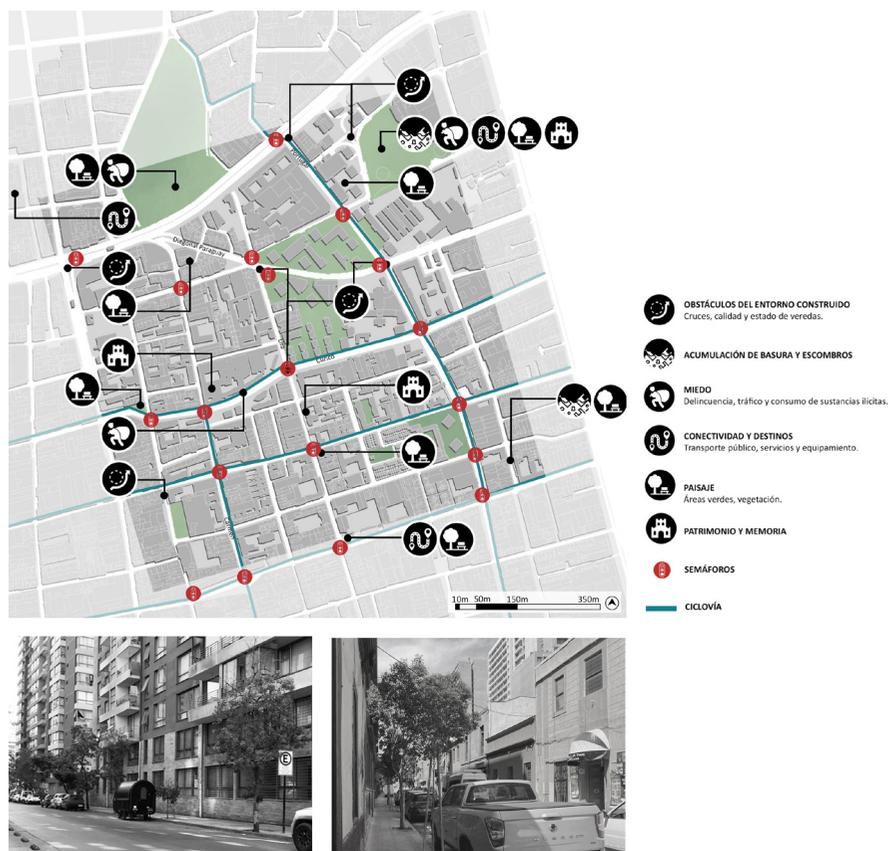


Figura 2. Sector San Isidro-San Borja. Fuente: Elaboración de los autores.

### Caminando por entornos construidos adversos

Las personas mayores afirmaron que enfrentan muchos obstáculos al caminar. Refiriéndose a las veredas, los participantes indicaron que frecuentemente están deterioradas y desniveladas. También las describieron como angostas, con anchos variables, parcialmente ocupadas por vendedores y automóviles estacionados u obstruidas por árboles o señalética. Los participantes de algunos sectores agregaron que muchas veredas han sido vandalizadas (robos de tapas de registro en República-Ejército) o destruidas en protestas ciudadanas (San Isidro-San Borja). Como también evidencian otros trabajos (Yen y Anderson, 2012; Haselwandter *et al.*, 2015; Graham *et al.*, 2018), las personas mayores que participaron en esta investigación apuntan que las veredas deterioradas dificultan la caminata, pues incrementan las posibilidades de sufrir una caída y aumentan las preocupaciones de aquellas y aquellos que ya han tenido accidentes de esa naturaleza y, como consecuencia, han perdido confianza en sus capacidades.

A la hora de hablar sobre los cruces peatonales, los entrevistados señalaron que rara vez son amigables con los peatones. Los semáforos fueron caracterizados como peligrosos, ya que permiten

giros de automóviles, y como engorrosos, pues están coordinados para facilitar la fluidez del tráfico vehicular y no la experiencia de los peatones. Los residentes de Pedro Montt-San Eugenio, por ejemplo, relataron las múltiples esperas que implica atravesar tres grandes avenidas que convergen en su barrio (Pedro Montt, Mirador, Club Hípico) y cómo esto los ha empujado a acciones temerarias (e.g., cruzar en diagonal, corriendo). En consistencia con otros trabajos que han demostrado que los semáforos en Chile no consideran las velocidades de las personas que se encuentran en alguna situación que reduce su movilidad (Espinosa *et al.*, 2015; Herrmann-Lunecke *et al.*, 2021a), los participantes también recalcaron aquí lo breves que son los ciclos peatonales de los semáforos que atraviesan cuando caminan.

Asimismo, la iluminación deficiente y el vandalismo fueron destacados como factores que incrementan el miedo al crimen y restringen la caminata en horarios en donde la luz natural escasea. La falta de árboles y vegetación, la acumulación de basura y escombros, las construcciones y el ruido empeoran la experiencia de las caminatas. Una participante comentó, en este sentido, que camina por calles que le parecen agradables y evita aquellas que considera ruidosas y sucias. En coincidencia con Yen y Anderson (2012) y Haselwandter *et al.* (2015), algunos participantes también argumentaron que sus

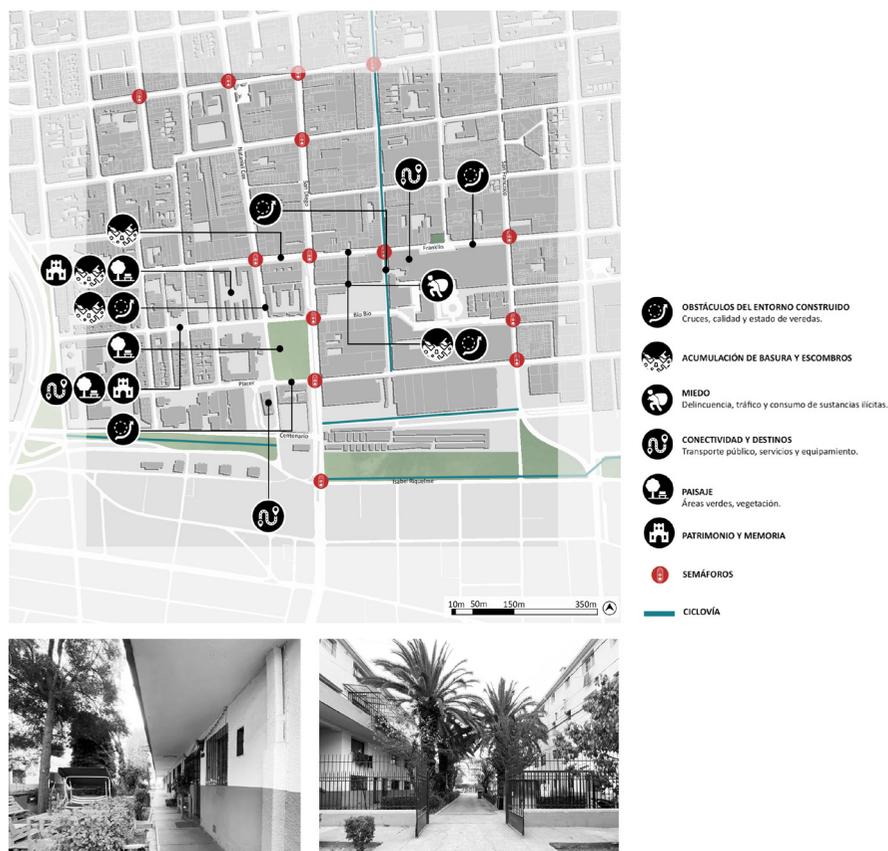


Figura 3. Sector Huemul-Franklin. Fuente: Elaboración de los autores.

caminatas podrían ser mejores si existieran amenidades como bancas, basureros, barandas y elementos que den sombra. Todas aquellas, no obstante, fueron descritas como “rarezas” que están disponibles en contados lugares. Como ilustra el mapa de San Isidro-San Borja construido con los obstáculos mencionados en los grupos focales (Figura 2), el entorno construido es hostil con las personas mayores. Con tal de evitar el deterioro físico que podría implicar dejar de caminar, muchas personas mayores indicaron que han aprendido a “navegar” entre obstáculos, articulando rutas que evitan aquellos lugares en donde podrían sufrir caídas (e.g., veredas deterioradas) o accidentes (e.g., cruces peligrosos).

### Caminando en tiempos de pandemia

Los participantes reconocieron temerle a la incapacidad de caminar, retratando la caminata, precisamente, como un símbolo de independencia y una actividad que les permite mantenerse con buena salud. No obstante, la llegada del nuevo coronavirus trajo consigo estrictas restricciones que hicieron de esta una práctica, al menos temporalmente, inviable. Muchas de las personas mayores entrevistadas dejaron de caminar, en especial, durante el inicio de la pandemia (otoño 2020). Algunos indicaron que se volvieron

“pesados” y “menos ágiles”, a pesar de que intentaron realizar ejercicio en sus hogares. Otros agregaron que ahora les cuesta caminar, pero que se han visto obligados a volver a hacerlo para mejorar su salud:

A mí me hizo muy mal esa cuarentena, me puso melancólica, me bajó los brazos, me... me dolían las caderas de estar tanto sentada [...]. Hoy día completamos nosotros 3 semanas de salir a caminar todos los días como 5 o 6 kilómetros en la mañana y eso me da la energía del día. (Mujer, 69 años, República-Ejército)

Cuando fueron consultados por el número de cuadras (~100 metros) que recorrían antes y durante la pandemia, más de mitad de personas mayores (26 de 41 participantes) señaló que sus caminatas se redujeron considerablemente. Otro grupo (10 participantes) afirmó que camina lo mismo, argumentando que han aprovechado todos los espacios disponibles (e.g., permisos) para salir a pie. Asimismo, cuando se les preguntó si sus hábitos habían cambiado, un número significativo (25 de 41 participantes) reveló que habían modificado los horarios en los que caminan. En la mayoría de los casos, estos cambios estuvieron ligados al

temor que les causa la poca gente que ven en las calles producto de la pandemia. Una participante apuntó, por ejemplo, que no utiliza la llamada “franja deportiva”<sup>6</sup> porque siente temor de caminar por espacios vacíos.

Los relatos de los participantes en tiempos de pandemia usualmente estuvieron marcados por nuevos miedos (e.g., distancia, calles vacías, contagio) y un prolongado encierro causado por medidas que, buscando contener la enfermedad, fueron agresivas con las personas mayores (e.g., cuarentena obligatoria para personas sobre 80 años). Muchos participantes, sobre todo los residentes de torres de departamentos, como los que muestra la Figura 2, declararon sentirse solos y aislados en los periodos de mayores restricciones. Otros aprovecharon los espacios comunes de sus conjuntos para salir al aire libre, socializar y caminar. Así, las áreas verdes de los conjuntos de vivienda de Huemul-Franklin (Figura 3) fueron mencionadas repetidas veces como espacios que ayudaron a resistir mejor la pandemia. Finalmente, muchos participantes se preguntaron sobre lo que ocurrirá una vez que vuelva la “normalidad” y tengan que caminar de nuevo por una ciudad que siempre ha sido hostil con ellos.

## V. CONCLUSIONES

La investigación expuesta revela la importancia que tiene la caminata para las personas mayores en sus vecindarios. En el contexto descrito, resulta fundamental promover la caminata no solo en tiempos “normales” sino también en tiempos de pandemia. Cabe indicar que al inicio de la pandemia (22 de marzo 2020) se decretó en Chile a nivel nacional una cuarentena obligatoria para personas mayores de 80 años, que corresponden a casi medio millón de personas. Semanas después (15 de mayo), las mismas restricciones se harían efectivas para personas mayores de 75 años. Casi cinco meses después de las primeras restricciones (25 de julio), y a la luz de los graves problemas que generó el total encierro, se permitió que en fases de cuarentena y transición las personas con más de 75 años pudieran salir a caminar durante 60 minutos tres días a la semana y durante las mañanas (entre 10:00 y 12:00 am). Considerando que la pandemia continuará probablemente por un tiempo, es primordial fomentar la caminata como práctica de autocuidado desde las políticas públicas, incluyendo la planificación y el diseño urbano.

En las entrevistas y grupos focales llevados a cabo, las personas mayores explicaron que ya antes de la pandemia el entorno construido era adverso para sus caminatas, principalmente los cruces y las veredas. La pandemia ha vuelto los entornos urbanos aún más hostiles para las personas mayores. Como consecuencia –y según los/las mismos/as entrevistados/as– sus caminatas se redujeron considerablemente. A las restricciones de acceso al espacio público se sumó el miedo que generaba en ellos la escasez de gente que se ve en las calles producto de la situación sanitaria. De igual

modo, generó temor la posibilidad de contagiarse de coronavirus, dado que muchos espacios urbanos no permiten mantener el distanciamiento físico requerido.

Resalta también la diferencia en las percepciones que tienen las personas mayores sobre el entorno construido según los distintos tipos de barrio que se analizaron en este estudio. En concreto, el sector San Isidro-San Borja, área de edificación en altura que ha sufrido fuertes procesos de verticalización, es percibido como particularmente adverso para caminar. A la fuerte congestión vial, el ruido, las fachadas poco “amables” y la escasa presencia de vegetación, se añade la poca interacción de las personas mayores con los nuevos habitantes que hacen de la caminata una actividad aún más difícil. En Ejército-República, los obstáculos se vieron más ligados al deterioro que existe en las veredas, que a los cambios que ha traído consigo la densificación. Mientras que en Pedro Montt-San Eugenio, el desproporcionado espacio vehicular se traduce en complejos cruces vehiculares que pueden ser una barrera para algunas personas mayores. De forma positiva, destacan, en cambio, los espacios comunitarios presentes en las tipologías edificatorias del sector Huemul-Franklin que han permitido la vida comunitaria y la caminata durante la pandemia. Con el fin de desarrollar ciudades más saludables y resilientes, resulta urgente repensar nuestros barrios y espacios públicos, y adecuarlos a las necesidades de las personas mayores, para así promover la caminata como práctica de autocuidado en tiempos “normales” y tiempos de pandemia.

## VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abusleme, M. y Caballero, M. (2014). *Maltrato a las personas mayores en Chile: Haciendo visible lo invisible*. Santiago: SENAMA. Recuperado de [http://www.senama.gob.cl/storage/docs/Maltrato-las-personas-mayores-Chile\\_Haciendo-visible-lo-invisible-2014.pdf](http://www.senama.gob.cl/storage/docs/Maltrato-las-personas-mayores-Chile_Haciendo-visible-lo-invisible-2014.pdf)
- Adams, C. (2012). Maltrato en el adulto mayor institucionalizado: Realidad e invisibilidad. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 23(1), 84-90. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0716-8640\(12\)70277-8](https://doi.org/10.1016/S0716-8640(12)70277-8)
- Arango, C., Páez, D., Reis, R., Brownson, R. y Parra, D. (2013). Association between the perceived environment and physical activity among adults in Latin America: a systematic review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10(1), 1-9. DOI: <https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-122>
- Barnett, D., Barnett, A., Nathan, A., Van Cauwenberg, J. y Cerin, E. (2017). Built environmental correlates of older adults' total physical activity and walking: a systematic review and meta-analysis. *International journal of behavioral nutrition and physical activity*, 14(1), 1-24. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12966-017-0558-z>
- Charmaz, K. (2006). *Constructing Grounded Theory. A practical guide through qualitative analysis*. Londres: SAGE Publications.
- Ciudad Autónoma de Buenos Aires [CABA] (2015). *Manual de Diseño Urbano*. Buenos Aires: Gobierno de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires. Recuperado de [https://www.buenosaires.gob.ar/sites/gcaba/files/manual\\_de\\_diseno\\_urbano\\_-\\_gcba\\_ago-2015\\_0.pdf](https://www.buenosaires.gob.ar/sites/gcaba/files/manual_de_diseno_urbano_-_gcba_ago-2015_0.pdf)

<sup>6</sup> Ventana de tiempo (entre 5:00 y 10:00 horas) en el que se puede realizar actividad física incluso si la ciudad se encuentra confinada.

- Clarke, P., Ailshire, J., Bader, M., Morenoff, J. y House, J. (2008). Mobility disability and the urban built environment. *American journal of epidemiology*, 168(5), 506-513. DOI: <https://doi.org/10.1093/aje/kwn185>
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL] (2007). *Declaración de Brasilia*. Brasilia: CEPAL. Recuperado de [https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/21505/1/S2007591\\_es.pdf](https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/21505/1/S2007591_es.pdf)
- Corseuil, M., Hallal, P., Brownson, R. y D'orsi, E. (2017). Exploring associations between perceived measures of the environment and walking among Brazilian older adults. *Journal of aging and health*, 29(1), 45-67. DOI: <https://doi.org/10.1177%2F0898264315624904>
- Cramm, J., Van Dijk, H. y Nieboer, A. (2018). The creation of age-friendly environments is especially important to frail older people. *Ageing & Society*, 38(4), 700-720. DOI: <https://doi.org/10.1017/S0144686X16001240>
- Espinosa, R., Ibaceta, A., Meza, D., Silva, J. y Urzúa, J. (2015). ¿Los tiempos de los semáforos ubicados en Santiago de Chile, permiten que las personas adultas mayores crucen las calles con seguridad? 6° Encuentro Anual Sociedad Chilena de Políticas Públicas, Santiago de Chile.
- Fadda, G. y Cortés, A. (2009). Hábitat y adulto mayor: el caso de Valparaíso. *Revista Invi*, 24(66), 89-113. DOI: <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-83582009000200003>
- Fossey, E., Harvey, C., Mcdermott, F. y Davidson, L. (2002). Understanding and evaluating qualitative research. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 36(6), 717-732. DOI: <https://doi.org/10.1046%2Fj.1440-1614.2002.01100.x>
- Franke, T., Sims-Gould, J., Chaudhury, H., Winters, M. y Mckay, H. (2019). 'It makes your life worthwhile. It gives you a purpose in living': mobility experiences among active older adults with low income. *Ageing & Society*, 39(8), 1639-1666. DOI: <https://doi.org/10.1017/S0144686X18000181>
- Fuentes-García, A., Sánchez, H., Lera, L., Cea, X. y Albala, C. (2013). Desigualdades socioeconómicas en el proceso de discapacidad en una cohorte de adultos mayores de Santiago de Chile. *Gaceta Sanitaria*, 27(3), 226-232. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2012.11.005>
- Gajardo, J., Navarrete, E., López, C., Rodríguez, J., Rojas, A., Troncoso, S. y Rojas, A. (2012). Percepciones de personas mayores sobre su desempeño en el uso de transporte público en Santiago de Chile. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional*, 12(1), 88-102. DOI: <http://dx.doi.org/10.5354/0717-6767.2012.22055>
- Geddes, A., Parker, C. y Scott, S. (2018). When the snowball fails to roll and the use of 'horizontal' networking in qualitative social research. *International Journal of Social Research Methodology*, 21(3), 347-358. DOI: <https://doi.org/10.1080/13645579.2017.1406219>
- González, S. (2004). Actividades y salud en el espacio público: El servicio higiénico, un equipamiento urbano no asumido. El caso del centro de Santiago. *Revista de Urbanismo*, (10), 34-72. Recuperado de <https://revistaurbanismo.uchile.cl/index.php/RU/article/view/5093>
- Graham, H., de Bell, S., Flemming, K., Sowden, A., White, P. y Wright, K. (2020). Older people's experiences of everyday travel in the urban environment: a thematic synthesis of qualitative studies in the United Kingdom. *Ageing & Society*, 40(4), 842-868. DOI: <https://doi.org/10.1017/S0144686X18001381>
- Haselwandter, E., Corcoran, M., Folta, S., Hyatt, R., Fenton, M. y Nelson, M. (2015). The built environment, physical activity, and aging in the United States: A state of the science review. *Journal of aging and physical activity*, 23(2), 323-329. DOI: <https://doi.org/10.1123/japa.2013-0151>
- Herrmann-Lunecke, M., Figueroa, C., Parra, F. y Mora, R. (2021a). La ciudad del no-cuidado: caminata y personas mayores en pandemia. *Revista ARQ*, (109), 68-77. DOI: <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-69962021000300068>
- Herrmann-Lunecke, M., Figueroa, C. y Vejares, P. (2021b). Caminata y vejez: explorando el espacio público peatonal de las personas mayores en los instrumentos de planificación urbana en Chile. *URBE*, 13, 1-17. DOI: <https://doi.org/10.1590/2175-3369.013.e20210128>
- Herrmann-Lunecke, M., Mora, R. y Vejares, P. (2020). Identificación de elementos del paisaje urbano que fomentan la caminata en Santiago. *Revista de urbanismo*, (43), 4-25. DOI: <https://doi.org/10.5354/0717-5051.2020.55975>
- Higuera, E., Román, E. y Fariña, J. (2021). Guidelines for Healthier Public Spaces for the Elderly Population: Recommendations in the Spanish Context. En J. Martínez, C. Mikkelsen y R. Phillips (Eds). *Handbook of Quality of Life and Sustainability* (pp. 35-51). Springer, Cham.
- Instituto Nacional de Estadísticas [INE] (2017). *Censos de Población y Vivienda*. Santiago de Chile.
- Instituto Nacional de Estadísticas [INE] (2018). *Estimaciones y Proyecciones de la Población de Chile 1992-2050*. Total País. Santiago de Chile.
- Lee, L., Avis, M. y Arthur, A. (2007). The role of self-efficacy in older people's decisions to initiate and maintain regular walking as exercise—Findings from a qualitative study. *Preventive medicine*, 45(1), 62-65. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jpmed.2007.04.011>
- Nyman, S., Ballinger, C., Phillips, J. y Newton, R. (2013). Characteristics of outdoor falls among older people: a qualitative study. *BMC geriatrics*, 13(1), 1-14. DOI: <https://doi.org/10.1186/1471-2318-13-125>
- Olivi, A., Fadda, G. y Reyes, V. (2016). Movilidad urbana y calidad de vida de las personas mayores en una ciudad vertical. El caso de Valparaíso, Chile. *Revista Márgenes Espacio Arte y Sociedad*, 13(19), 38-47. DOI: <https://doi.org/10.22370/margenes.2016.13.19.1033>
- Organización de los Estados Americanos [OEA] (2015). *Convención Interamericana de Protección de los Derechos de las Personas Mayores*. OEA.
- Pontificia Universidad Católica de Chile [PUC] y Caja Los Andes (2020). *Encuesta Nacional Calidad de Vida en la Vejez*. PUC, Santiago de Chile. Recuperado de <https://www.cajalosandes.cl/cs/groups/public/documents/document/cmzv/ltiw/~edisp/chile-mayores-20202.pdf>
- Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo [PNUD] y Ministerio de Vivienda y Urbanismo [MINVU] (2017). *La dimensión humana del espacio público*. Ministerio de Vivienda y Urbanismo, Santiago de Chile. Recuperado de <https://www.minvu.cl/wp-content/uploads/2019/08/La-dimension-humana.pdf>
- Secretaría de Desarrollo Agrario, Territorial y Urbano [SEDATU] y Banco Interamericano de Desarrollo [BID] (2018). *Manual de Calles*. Ciudad de México: Secretaría de Desarrollo Agrario, Territorial y Urbano. Recuperado de <https://www.gob.mx/sedatu/documentos/manual-de-calles-diseno-vial-para-ciudades-mexicanas>
- Strauss, A. y Corbin, J. (1990). *Basics of qualitative research*. Grounded theory procedures and techniques. Newbury Park: SAGE Publications.
- United Nations [UN] (2002). *Political Declaration and Madrid International Plan of Action on Ageing*.
- Vecchio, G., Castillo, B. y Steiniger, S. (2020). Movilidad urbana y personas mayores en Santiago de Chile: el valor de integrar métodos de análisis, un estudio en el barrio San Eugenio. *Revista de urbanismo*, (43), 26-45. Recuperado de <https://revistaurbanismo.uchile.cl/index.php/RU/article/view/57090>
- Warmoth, K., Lang, I., Phoenix, C., Abraham, C., Andrew, M., Hubbard, R. y Tarrant, M. (2016). 'Thinking you're old and frail': a qualitative study of frailty in older adults. *Ageing & Society*, 36(7), 1483-1500. DOI: <https://doi.org/10.1017/S0144686X1500046X>
- World Health Organization [WHO] (2015). *World report on ageing and health*. World Health Organization.
- Yen, I. y Anderson, L. (2012). Built environment and mobility of older adults: important policy and practice efforts. *Journal of the American Geriatrics Society*, 60(5), 951-956. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1532-5415.2012.03949.x>