

nº 79

LA SABIDURÍA DE LA
ACTRIZ MERYL STREEP
A SUS 76 AÑOS. 5

LOS BENEFICIOS DE
ESCRIBIR NUESTRAS
MEMORIAS. 4

CONTANZE KERBER



CIRUJANO ALFONSO DÍAZ:
"QUIERO SEGUIR TRANSMITIENDO
LO APRENDIDO". 6 y 7

EL MERCURIO mundo Mayor

LUNES 20 DE ABRIL DE 2026



Ilka Paulentz y su vocación por el mar de Juan Fernández

Conoció el archipiélago a los 21 años y fue amor a primera vista. Desde entonces, ha ejercido la pesca, el buceo, la artesanía y el turismo, siempre buscando proteger la naturaleza y el ecosistema marino de la isla. 2 y 3

ARCHIVO PERSONAL



Desde 2020 construyendo un Chile **inclusivo para las personas mayores** de hoy y del futuro.



Conoce nuestros programas e iniciativas en www.conectamayor.cl y en redes sociales @conectamayor





ARCHIVO PERSONAL

La joven Ilka en 1967, en la terraza del Club de Pesca y Caza de Viña del Mar.

Ilka Paulentz tenía 21 años cuando llegó por primera vez a la Isla Robinson Crusoe, en el archipiélago de Juan Fernández. Iba sola, dispuesta a instalar su carpa para alojar allí, en medio de la naturaleza. Los amigos montañistas con los que había planeado el viaje se arrepintieron a última hora y ella no estuvo dispuesta a perder el cupo en el barco que lleva a la isla. Iba por las tres semanas de vacaciones que le permitía su trabajo de secretaria y se quedó tres meses. No sabía que ese viaje le iba a cambiar la vida.

Ilka Verónica Paulentz Reyes (81) nació en Valparaíso y se crio en Viña del Mar. Su padre era marino y su madre, matrona. Era la mayor de tres hermanas y un hermano. La enseñanza básica la cursó en el Colegio Saint Margaret, de Viña; y la media, en las Monjas de la Misericordia de Valparaíso.

Su infancia y su juventud estuvieron marcadas por el mar. En Viña, con su familia, vivía en la calle 1 Poniente con la 13 y 1/2 Norte. “Estábamos a una cuadra de la playa, así que pasábamos ahí. Desde chiquitita que me gusta el mar; nadar, bucear. Todos los días, después del colegio, nos íbamos a jugar a la playa”, nos cuenta a través de una videollamada, desde su casa en la isla Robinson Crusoe.

—¿Cómo surge su afición por el buceo?

“Yo tenía como 9 o 10 años y, para una Navidad, me regalaron unas aletas y una máscara. Me empecé a meter al mar y a mirar debajo del agua. Me fascinó”.

Un día, cuando tenía cerca de 19 años, iba pasando por la Avenida Marina, cerca del Castillo Wulff, y se encontró con un grupo de jóvenes que estaban buceando en los roqueríos. “Me llamó mucho la atención todo lo que hacían. Me puse a conversar con ellos y me invitaron a participar los fines de semana”.

Llegó a su casa fascinada, pidiéndole a su papá un traje de buceo. Ella misma lo buscó y lo encontró en una tienda de Valparaíso. Se compró todo el equipamiento. “Empecé a bucear muy seguido, invierno y verano. Íbamos a distintas partes y participaba en competencias de caza submarina”.

Más adelante, Ilka ingresó también a un club de montañismo, con el cual viajaba a distintos lugares de Chile. En el verano de 1966, ella le propuso al grupo que fueran al archipiélago de

Con su inseparable compañera, la perrita Sacha, Ilka Paulentz descansa en su bote El Galileo.



Ilka Paulentz, Hija Ilustre de Juan Fernández:

“Vivo igual que antes y hago lo mismo, pero a otro ritmo, mucho más lento”

Contra viento y marea logró, desde muy joven, llevar la vida que deseaba, junto al mar y la naturaleza del archipiélago de Juan Fernández. Allí, hoy sigue realizando sus pasiones: el buceo, la artesanía, el deporte y la música. Y, sobre todo, la defensa de la flora, la fauna y la biodiversidad marina de esas islas.

Carmen Rodríguez Frías

Juan Fernández. En ese tiempo, relata, no había muchas facilidades para el turismo en esas islas. Había que inscribirse para obtener un cupo en la goleta que hacía el viaje.

Cuando llegó el día en que había que reservar los pasajes, cada miembro del grupo tuvo una excusa para no hacerlo. “Yo no quise quedarme con los crespos hechos, así que partí sola”, recuerda.

Después de casi tres días de navegación, llegó a la isla Robinson Crusoe, por primera vez, el 10 de enero de 1966. Lo primero que hizo fue instalar su carpa en un lugar frente a la playa que estuviera protegido del viento, como le indicó un amable isleño. Lo segundo fue pedirle a una joven vecina una tacita de agua caliente para poder hacerse un té, pues hacía muchas horas que no ingería nada.

“Pasó mucho rato y no llegaba. Yo me preocupé... hasta que la vi venir con un jarro enlozado de agua caliente y una tremenda langosta que había cocido recién y un inmenso bollo de pan”, se ríe al recordar. “¡Yo estaba tan feliz! Nunca había comido langosta”. Cuenta que la amistad con esa joven isleña y su marido “duró eternamente”.

En esa primera visita a la isla, recorrió sus senderos. Se metía al mar, buceaba y sacaba locos y erizos, con los que se alimentaba y también los vendía. “Lo maravilloso que tiene esta isla es que puedes recorrerla entera sin ningún temor a que te pueda pasar algo. Así era entonces y lo sigue siendo”, relata.

Estaba tan fascinada que volvió al continente tres meses después. Se fue a presentar a la empresa constructora donde trabajaba, en Valparaíso, y les contó a sus jefes las experiencias vividas en el archipiélago. “Y, cara de palo, aunque con voz humilde, les pregunté si podía volver al trabajo”, cuenta. Le respondieron que sí, pero que no volviera a desaparecer sin aviso.

Tiempo después, Ilka viajó a Alemania a co-



Ilka y su hermano Edwin, en el muelle de Bahía Cumberland.



En la isla, Ilka Paulentz toca el acordeón con un grupo folclórico llamado Las Morochas.

nocer la tierra de sus ancestros, ya que su familia paterna es de origen alemán. Entonces, aprovechó de estudiar alemán y el oficio de podología. Pero siempre estaba pensando en la isla. “Lo único que quería era volver”.

En 1970, en uno de esos regresos, Ilka postuló a una concesión de terreno y se hizo su cabaña en el borde costero de Robinson Crusoe. “En ese tiempo, en la isla no había camionetas ni nadie que te ayudara mucho. Todo se hacía al hombro o en mula o a caballo. Cuando fui a la barraca a cargar la madera, le dije al hombre: ‘Póngame cinco de estos palos arriba del hombro, por favor’. Y así fue, tuve que cargarlos yo, porque el muelle no quedaba cerca de mi terreno. Me traje, de a poco, mis palitos al hombro. Lo que más me costó fue acarrear las planchas de zinc para el techo”.

A su regreso de Alemania y, a través de un primo, conoció a quien sería su marido: Rodolfo Alarcón, químico analista de Enap, 10 años



Algunos de los objetos de artesanía que realiza Ilka Paulentz con cuero de pescado.

100 Líderes Mayores

RECONOCIMIENTO ANUAL A PERSONAS 75+ QUE IMPACTAN EN LA SOCIEDAD



A comienzos de los años 70, Ilka Paulentz acampa en el sector de Puerto Francés, en la isla Robinson Crusoe.



Ilka y su hijo Juan Fernando navegan a bordo de El Galileo.

mayor que ella. “Él también disfrutaba de la naturaleza y se entusiasmó por el buceo conmigo. Hicimos un curso de buzos de salvataje juntos. Salíamos a acampar. Lo pasábamos bien”.

A los 28 años, Ilka tuvo a su primer hijo y le puso Juan Fernando. Ese amor por la isla, relata, le trajo problemas en su matrimonio. “Yo siempre quería volver a Juan Fernández y estaba todo el año pensando en cómo hacerlo. Y así se fueron dando las oportunidades y cada venida para acá era una historia. Pero mi marido no quería venir tanto. No quería que yo fuera con el niño. Y ya fue tanta la discusión que, finalmente, nos separamos”.

Ilka se fue a vivir definitivamente a la isla en 1985. No fue fácil porque su hijo, que tenía 12 o 13 años, se quedó con su papá para poder seguir sus estudios en Viña del Mar. Pero ella se organizó para poder venir a verlo en los meses de invierno y él pasaba los veranos allá. Cuando terminó la carrera de ingeniería civil industrial, él pasó unos meses en la isla dedicado a la pesca artesanal de langosta. Hoy ejerce su profesión en Santiago y tiene dos hijas adolescentes.

En los años 90, Ilka se dedicó al turismo. Agrandó su casa en Robinson Crusoe y empezó a recibir pasajeros, cosa que hace hasta hoy con el Hostal Paulentz. También se dedicó a la artesanía en cuero de pescado, y formó un grupo musical, Las Morochas, en el cual ella toca el acordeón.

Pero hubo un momento en que su casa desapareció por completo. Fue por el tsunami del 23 de febrero de 2010. Cuenta que ella estaba durmiendo profundamente, cuando se empezó a mover su cama. “Traté de prender la luz y no funcionaba. Me senté en mi cama y

veo que entra una ola por la ventana. Me levanté rápido, el piso se movía y todo se empezó a llenar de agua. El mar llegó hasta arriba y cuando bajó, con toda esa fuerza, arrastró con todo, con la casa, conmigo, con todo lo que encontró a su paso”.

Cuenta que, en pocos minutos, un pueblo entero quedó destruido y disperso en la bahía. Ella quedó con heridas en las piernas, pero logró subir al techo de una casa. “De pronto vi un bote que andaba recogiendo a los naufragos. Les grité y me respondieron ‘¡tírate al agua!’. Nadé hacia ellos, entre los escombros, y cuando llegué me di cuenta de que era ‘El Galileo’, ¡mi bote!, que se había salvado. Sentí que era un mensaje divino que me decía: ‘Empieza de nuevo, aquí está tu herramienta de trabajo’”. Y así lo hizo.

Estuvo varios años trasladando pasajeros en “El Galileo” y ahora, que ya reconstruyó su casa y su hostel, el bote le sirve para hacer excursiones con los turistas.

—¿Por qué se enamoró de la isla?

“Porque tienes todo tan cerca: el mar, los cerros, el campo. La vida es tranquila y la gente es buena y cariñosa. Se pasa bien acá”.

—¿Ha cambiado con el tiempo?

“Sí, ha cambiado un poco. Pero en eso estamos, en tratar de preservarla. Es una isla con un ecosistema muy delicado. Yo pertenezco a una OCF (Organización Comunitaria Funcional) para la protección de las áreas marinas, y de la flora y la fauna del archipiélago”.

—¿Qué ha significado para usted el paso de los años allá?

“Vivo prácticamente igual que antes y hago lo mismo, pero a otro ritmo, mucho más lento. Ya no buceo todo el año. Ahora me meto al mar en verano. Salgo en kayak. Y ya no camino tanto porque, después del tsunami, quedé con algunos problemas en las piernas. Pero ando en bicicleta y tengo una cuatrimoto con la que voy al campo, me estaciono y me adentro en los bosques”.

—¿Qué les diría a las personas mayores que se encierran y ya no quieren hacer lo de antes?

“Que se están farreando la salud. A esta edad, hay que moverse, hacer cosas. Yo vivo sola, con mi perro y mi gato. Y somos felices”.

—¿Por qué cree que hay personas que se autolimitan con la edad?

“Yo creo que por miedo. A veces por el qué dirán. Y a veces es la misma familia la que los limita. Los hijos o nietos pueden decirles: ‘ya no estás para esto’. Y se lo creen”.

—En 2025 la nombraron Hija Ilustre de Juan Fernández, ¿qué significó para usted?

“Fue una grata sorpresa porque para mí es tan normal todo lo que hago. Es un estilo de vida. Siempre he estado presente en la comunidad. Pertenezco al Sindicato de Pescadores. Siempre he estado apoyando el deporte, el turismo, la música, la artesanía. Es todo lo que a mí me gusta”.

Sentarse a escribir de las vivencias propias puede ser una acción muy beneficiosa para el bienestar y la tranquilidad de las personas en general. Para las personas mayores, además, tiene algunos puntos que vuelven más valiosa la experiencia.

Susana Rojas, psicóloga clínica, docente UC y especialista en temáticas de vejez y envejecimiento, explica que, a pesar de la heterogeneidad que hay en la vejez, “según variables como edad, generación, género y socioculturales”, se puede encontrar un denominador común en lo que produce contar las propias vivencias: “Las historias vitales permiten ir hilvanando la identidad de las personas mayores. La reinterpretan, la resignifican, sobre todo cuando las personas se ven enfrentadas a dificultades, duelos o pérdidas”.

Esta elaboración narrativa a través de la historia personal, agrega Susana Rojas, propicia “ir facilitando, a lo largo de los años, un sentido de coherencia, un sentido de continuidad, en el que la identidad se ve muy involucrada. Uno va ordenando el vivir y el sentir”.

El escribir una autobiografía o unas memorias puede ser una actividad guiada por profesionales. Existen entidades que colaboran a ordenar las ideas, enseñan claves de escritura orientada, entre otras ayudas.

La periodista Daniela Nazal, quien dirige “Retazos de vida: curso de autobiografía consciente para la persona mayor”, de Educación Continua de la Universidad Católica, comenta que su curso trabaja la escritura como “una forma de elaboración de la experiencia. Además de recordar y narrar lo vivido, se transforma en un ejercicio de atención plena hacia el trayecto vital, un diálogo con nuestras emociones e incluso con aquello que, por ahora, preferimos silenciar”.

Relato vital

La vida, según su perspectiva, puede dejar de verse como “una sucesión de hechos y empieza a adquirir un sentido distinto, donde se resignifica nuestra manera de mirar y estar en el mundo. En ese proceso hay tres dimensiones inseparables: la memoria, la identidad y el lenguaje, como dimensiones que se van activando en la escritura; qué se recuerda, cómo se comprende y cómo logra ser nombrado”.

También existen instancias como Memoria Creativa, editorial especializada en libros sobre personas, familias y organizaciones, y que acompaña el proceso de memorias. “En general —dice la periodista Carolina Díaz, fundadora y directora de Memoria Creativa—, les damos el espacio para que recuerden y conversamos con ellos. El libro es un resultado para sus hijos y sus nietos; y para ellos, es la experiencia de haber revisado su vida con alguien entusiasmado que los escucha por primera vez y que quiere saber”.

En el caso de Sergio Neiman, agrónomo de 80 años y autor de “Mi vida como un cuento”, el apoyo de Memoria Creativa le permitió ordenar sus ideas. “A uno le cuesta mucho tomar una decisión, pero es importante escribir sobre la propia vida, que no es solo de uno, es la vida de la familia. A mis hijos, a mis nietos,

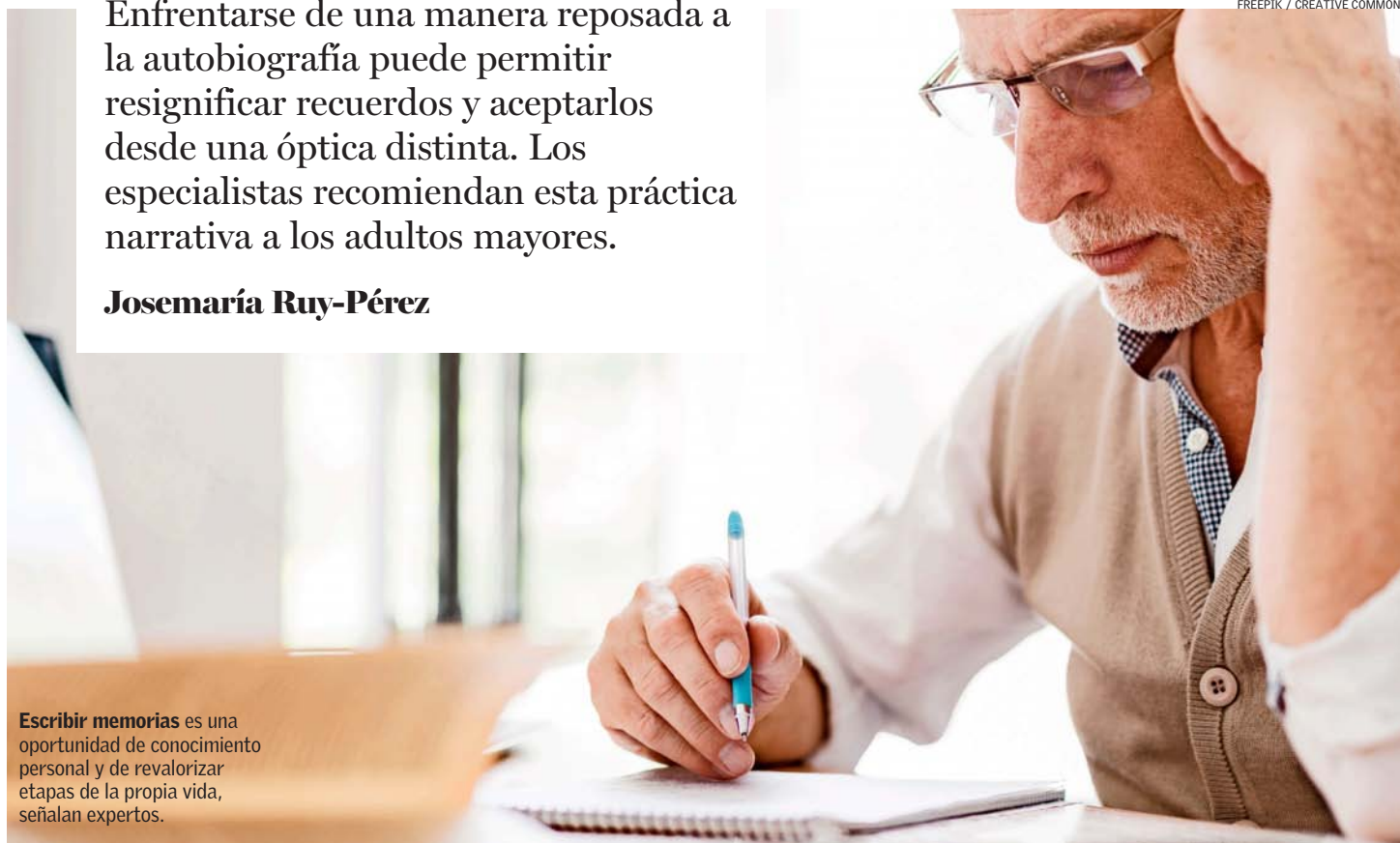
Puede hacerse de manera autónoma o guiada:

Los beneficios de atreverse a escribir sobre la propia historia

Enfrentarse de una manera reposada a la autobiografía puede permitir resignificar recuerdos y aceptarlos desde una óptica distinta. Los especialistas recomiendan esta práctica narrativa a los adultos mayores.

Josemaría Ruy-Pérez

Escribir memorias es una oportunidad de conocimiento personal y de revalorizar etapas de la propia vida, señalan expertos.



siempre les ha parecido interesante las historias que yo contaba de mi juventud, de la familia que ya no conocieron”.

Su abuelo materno, dice, era un gran contador de historias y también tenía una vida interesante. “Fue un judío que vivió en Rusia y se vino a Chile con 16 años, solo con sus ganas de conocer el nuevo mundo. Es muy interesante cómo una sola persona puede crear una familia en un entorno diferente al cual pertenecía. La forma en que contaba era muy amena y yo tenía una excelente relación con él; además era de esos abuelos que lo sabían todo. Yo creo que de ahí viene mi veta”.

Carolina Díaz confirma lo que se nota en la voz de Sergio al recordar: “Cuando tú te pones a repasar tu historia, te revitaliza, te das cuenta de todo lo que hiciste. Porque uno no está ‘pasándose la cuenta’ y sumando los logros o las dificultades en el día a día”. Y en historias difíciles, como casos de divorcio o muerte de un hijo, dice Díaz, se nota que no lo recuerdan de una manera sofocante. “Es como que se va adaptando lentamente, mientras vas avanzando en la vejez, para morirte tranquilo”.

Daniela Nazal complementa sobre este punto:

“En la práctica de escribir, aparece un desplazamiento importante en la forma de entender la autobiografía: deja de estar solo asociada a lo difícil o doloroso, e incorpora la celebración, el reconocimiento y la honra del propio recorrido vital. La posibilidad de elegir qué se escribe y qué se guarda introduce una relación más consciente con la propia voz y con la manera de habitar lo vivido”.

Los beneficios mencionados, sin embargo, no se limitan a trabajar de manera guiada. La psicóloga Susana Rojas hace hincapié en que el solo hecho de intentarlo es recomendable. “El poner en palabras lo que me pasó, me pasa y lo que me apremia en relación al futuro tiene un montón de efectos, en términos de salud mental. Los relatos personales permiten una continuidad y un sentido al yo frente al paso del tiempo y las transformaciones a lo largo del ciclo vital”.

La psicóloga destaca que nuestro aparato psíquico es sabio: “Por una parte nos indica que hay ciertos elementos que necesitamos expresar y aclarar; y, por otro lado, nos busca proteger de aquello que nos cuesta a veces sostener psíquicamente. Está bastante documentado, por ejemplo, que uno de los mayores miedos de las per-

sonas mayores es la situación de dependencia”.

Existe la idea de que hablar de vejez es sobre finitud de la vida y la muerte, pero desde su experiencia, la psicóloga piensa que “muchas veces esos temas se sobrellevan con mucha más tranquilidad y paz que lo que implica hablar sobre el miedo de depender, el miedo de ser una carga. Por eso, muchas veces se buscan vías menos amenazantes para expresar lo que uno necesita poner fuera de uno. Y en ese sentido el escribir, para poder dar cuenta de aquello, es muy terapéutico”.

Sobre la propia experiencia, Sergio opina: “No quisiera alabar mi libro, pero sí el hecho de haber podido escribirlo. Encuentro que todo el mundo tiene que llegar a tener esta oportunidad. Es muy sanador. Yo creo que las cosas hay que contarlas, hay que decirlas”.

Susana Rojas concluye: “Detenerse en la vejez a releer los momentos de la vida a veces puede impactarnos de una manera distinta. Es como volver a leer un libro en otro momento de nuestra vida. Y el poder escribir permite integrar a veces fragmentos muy silenciosos en nuestra historia vital, en nuestra narrativa, que de repente se nos pasaron por alto”.



PEDRO PIZARRO
ABOGADO
VICEPRESIDENTE DEL
INSTITUTO LIBERTAD

El nuevo horizonte laboral para el adulto mayor

Cuatro de cada diez chilenos tendrá más de 65 años en 2070, según proyecciones entregadas por el INE este año, por lo que nuestro país se debe preparar para una nueva estructura social. En esa línea, la nueva "Ley integral de las personas mayores y de promoción del envejecimiento digno, activo y saludable", aprobada por unanimidad por el Congreso, incorpora importantes reglas para este segmento de la población y, en especial, referidas al mercado laboral.

Con esta norma, el legislador reconoce que el trabajador adulto mayor tiene necesidades propias de su etapa vital, lo que se ve reflejado en varias disposiciones. Se hace énfasis en que las labores deben ser compatibles con la salud, lo que implica un análisis constante del entorno laboral para evitar riesgos.

La normativa introduce figuras novedosas y recientes en la jornada laboral: establece mecanismos como las bandas horarias o la libre elección horaria, permitiendo que sea el propio trabajador quien ajuste sus tiempos de entrada y salida si así se pacta, o incluso que distribuya sus horas con libertad dentro de los márgenes de funcionamiento de la empresa.

La ley es generosa en sus motivos, permitiendo que esta flexibilidad se fundamente en la salud, la distancia al domicilio o incluso la estacionalidad climática, admitiendo que el trabajador mantenga su autonomía y su vínculo con el mundo activo sin sacrificar su bienestar personal o familiar.

Otro aspecto que remarca la ley se refiere a la posibilidad de pactar la suspensión de los efectos del contrato -herramienta vigente pero de poco uso-, que permite el cese temporal de las obligaciones mutuas sin que se pierda la antigüedad ni los derechos adquiridos, lo que permitirá al adulto mayor hacer una pausa que puede ser utilizada para diversos fines, manteniendo la garantía de un retorno en condiciones no inferiores a las originales. Asimismo, el acceso anticipado al feriado anual a partir del séptimo mes de servicios rompe con la rigidez del sistema tradicional de vacaciones, facilitando un descanso proporcional que se adapta a la realidad del individuo y no a la inversa.

Nos encontramos ante un cambio de época, donde el adulto mayor no es visto solo como una persona en etapa de jubilación, sino como un actor dinámico que requiere herramientas flexibles, asegurando que su permanencia en el mundo del trabajo sea una fuente de realización. Estos cambios son un desafío en su implementación, tanto para trabajadores, empleadores y la autoridad, que deberá velar por su adecuada difusión. De esta manera, Chile sigue consolidando un modelo de sociedad más integrador y consciente de su propio envejecimiento.

Nos encontramos ante un cambio de época, donde el adulto mayor no es visto solo como una persona en etapa de jubilación, sino como un actor dinámico que requiere herramientas flexibles.

Inspiradores

Meryl Streep (76)

actriz estadounidense

Envejecer como proceso natural

"Envejecer es algo que hay que abrazar. La vida se vuelve más valiosa con el tiempo, y cuando entiendes eso, cada día deja de ser rutina y pasa a sentirse como un regalo que merece ser vivido con conciencia".

Soltar la presión estética

"Pasé mucho tiempo preocupándome por mi apariencia, por mi peso o por cómo me veía frente a otros. Pero con los años entendí que lo verdaderamente liberador es dejar de mirarte desde afuera y empezar a vivir desde adentro".

Libertad con la edad

"Lo mejor de crecer es que empiezas a confiar en tu propia voz. Ya no necesitas aprobación constante, porque sabes quién eres y qué es lo que realmente se siente correcto para ti".

Aprendizaje constante

"Nunca he dejado de sentir curiosidad. Creo que mantenerse interesada en el mundo, en las personas y en lo que haces, es una de las formas más reales de mantenerse viva".

Tiempo y prioridades

"A medida que pasa el tiempo, te das cuenta de que no puedes hacerlo todo ni ser todo para todos. Entonces eliges mejor: dónde poner tu energía, con quién estar y qué vale realmente la pena".

Vivir con sentido

"No se trata de detener el paso del tiempo, sino de vivir bien dentro de él. Aceptar quién eres en cada etapa puede ser una de las formas más profundas de bienestar".



Alfonso Díaz Fernández, jefe del Servicio de Cirugía del Hospital Dr. Sótero del Río:

Una vocación que no se jubila

Tiene 87 años que no representa. El doctor Alfonso Díaz nos recibe en la entrada del Hospital Dr. Sótero del Río —“el más grande de Chile”, dice con orgullo— y, para llegar a su oficina, subimos varios pisos por unas largas escaleras que supera sin dificultad. “En un día fácilmente puedo subir un Cerro San Cristóbal, contando todas las escalas que sumo”. Una práctica que, dice, le ha permitido llegar activo a su edad, junto con no fumar y cuidar su alimentación.

“¿Por qué quiero seguir trabajando?”. Es la pregunta que lanza ya sentado en su oficina, detrás de su escritorio lleno de estudios y reportes, donde —asegura— tiene la solución para la salud pública en Chile. “A pesar de que legalmente me quieren obligar a jubilar, quiero seguir transmitiendo lo que he aprendido”, responde, refiriéndose a la nueva norma que establece el retiro de los funcionarios públicos al cumplir 75 años, incluidos los de hospitales públicos, a partir de enero de 2027.

Elegido en 2015 por su pares como Maestro de la Cirugía Chilena y nombrado entre los 100 Líderes Mayores por Conecta Mayor UC, “El Mercurio” y la U. Católica, Alfonso Díaz decidió estudiar medicina tras lanzar una moneda al aire. Aunque quería agronomía —“me gustaba andar a caballo”—, cuando fue a dar la prueba de admisión a la UC, vio un cartel de la carrera que había elegido y, frente a él, uno de medicina. Lo consideró una señal y confió en el resultado de la moneda que se inclinó hacia medicina.

Alumno regular e inquieto —pasó por varios colegios—, cuenta que hubo algo que lo sacó del montón: su afición a la lectura, un hábito que nunca dejó (hoy lee “Cómo mueren las democracias” y “La historia de Jesús”).

Las primeras cirugías

En sus tiempos, cuenta, era factible que alguien superara el examen de admisión a la universidad si era lector. Para entonces, el doctor en ciernes había leído “El tesoro de la juventud”, una colección de veinte tomos enciclopédicos que en más de 7.000 páginas narraba historias desde el Imperio Persa hasta la construcción del túnel del Simplon y, gracias a que manejaba información sobre las cosas más variadas, pudo estudiar medicina. “Hoy esto es imposible”, dice.

Aunque Alfonso Díaz nació en Santiago, al poco tiempo su familia se trasladó a Cauquenes. Su papá era ingeniero de obras públicas y trabajó en la reconstrucción de esa ciudad, luego del terremoto de 1939 en Chillán. Entonces, tenía un año y le tocó vivir, y luego jugar, en una ciudad en ruinas. Allí nacieron también sus dos hermanas mayores.

Terminados sus estudios de medicina en Santiago, fue general de zona en Constitución y médico de urgencia del Hospital de Talca durante tres años. Cuenta que fue el camino que encontró para ejercer su vocación en el mundo real.

El jefe de cirugía del hospital más grande del país defiende la salud pública chilena.

Cuestiona el aumento de costos sin mejoras en calidad y la norma que lo obligará a retirarse por su edad. Con más de seis décadas de trayectoria, hoy prioriza la docencia y mantiene su afición a subir cerros.

Constanze Kerber S.

100
Líderes
Mayores

RECONOCIMIENTO
ANUAL A PERSONAS
75+ QUE IMPACTAN
EN LA SOCIEDAD



Con la primera expedición chilena que llegó al Everest en 1992, con Rodrigo Jordan y Cristián García-Huidobro. Alfonso Díaz, abajo a la derecha.



El doctor Alfonso Díaz, a la izquierda, junto sus colegas Rose Marie Megge y Mario Caracci.

Allí, efectuó cirugías que fueron desde hematomas subdurales y hemorragias digestivas hasta cáncer cérvico uterino, entre otras. “El adiestramiento quirúrgico era muy distinto al de hoy”.

Para entonces tenía experiencia. Durante una huelga médica en el Hospital de Talca, ayudó al jefe de turno a hacerse cargo de la maternidad y operar más de 30 cesáreas. “Las primera diez, supervisadas; y después, solo”, recuerda. Comenzó a ejercer formalmente en 1964 y en 1970 llegó al Hospital Dr. Sótero del Río, donde hoy es jefe del Servicio de Cirugía, y en 2018 celebró sus 80 años junto con los del hospital, inaugurado en 1938.

En sus inicios, cuenta, la esperanza de vida promedio en Chile era de 60 a 64 años, en tanto que hoy llega a los 80 años para los hombres y 83 para las mujeres.

¿Cómo pasamos de 60 a 80 años y superamos a Estados Unidos (77)? Una pregunta a la



En el Hospital Dr. Sótero del Río, Alfonso Díaz ha desarrollado su carrera durante más de 50 años.

que agrega un elemento que, adelante, es más notable aún: haber conseguido esto con una inversión de US\$ 1.000 por año en comparación con los US\$ 12.000 de Estados Unidos. “Sin embargo, en lugar de estar contentos con lo que habíamos logrado, se nos ocurrió copiar a Estados Unidos su sistema que llaman de calidad. El problema es que subieron los costos, pero la calidad no aumentó”.

Una “tremenda tontera”, grafica, que el

CONSTANZE KERBER



Alfonso Díaz Fernández, en su oficina del Hospital Dr. Sótero del Río. Asegura que sobre su escritorio tiene la solución para la salud pública chilena.



ARCHIVO PERSONAL

En sus tiempos de alta montaña, cuando escalaba el Everest y el K2.

Hospital Dr. Sótero del Río contrarresta con productividad: 32.200 cirugías anuales, incluidas 350 cardíacas, cientos de neurocirugías y 80 trasplantes hepáticos. En estos últimos, advierte, faltan hospitales para instalar órganos donados y apoyo a los equipos quirúrgicos que los puedan realizar.

Junto con lo anterior, agrega, se cambiaron las reglas del juego: se pasó de un sistema de calidad centrado en la autopsia de los falleci-

dos a uno de calidad basado en protocolos que no tienen confirmación objetiva de causa de muerte. De este modo, analiza, las correcciones terapéuticas se vuelven un proceso largo.

Una problemática a la que se suman altos costos por diagnósticos tardíos. Para que estos sean precoces, sostiene, hay que conectar la atención primaria con el hospital. “Mi gran meta es que la atención primaria haga los diagnósticos. Que los pacientes lleguen listos para ser tratados y no con exámenes pendientes que, por lo demás, pueden ser hechos por médicos recién recibidos con apoyo de IA”.

Llegar a tiempo

Con un sistema así, asegura, se llega a tiempo y los pacientes ganan vida, y se ahorran recursos: de \$9.000.000 en un cáncer gástrico avanzado a \$600.000 en uno incipiente. “Sé que esto funciona, porque así operé por muchos años hasta que, en la década de los 80, la atención primaria se separó de los hospitales”, lamenta. Un negativo escenario que, a su juicio, se agrava por reglamentos de la industria de insumos hospitalarios, que elevan costos al impedir reutilizar insumos —reduciendo el número de intervenciones— y por trabas de Fonasa para financiar la reposición de equipos y compras de insumos.

—Usted tiene más de 60 años como cirujano, ¿por qué optó por esta especialidad?

“Cuando comencé, Chile registraba 200 niños muertos por 1.000 nacidos vivos. Enton-



ARCHIVO PERSONAL

Junto a su familia. Tiene cuatro hijos de dos matrimonios: una mujer y tres hombres, y siete nietos.

ces, todo lo que tenía relación con el embarazo, el parto y el cuidado del recién nacido era muy importante para mí. Por ello, partí como obstetra, pero no tenía dónde hacer la beca y el doctor Hugo Salvestrini, jefe de cirugía de la Universidad Católica, me invitó a acompañarlo y nunca más dejé cirugía”.

Luego haría un posgrado en Francia en cirugía digestiva, especialmente en hígado, y años después terminaría participando con pioneros de trasplantes hepáticos en Europa.

—Usted ha formado a muchas generaciones de médicos, ¿qué le atrae de la docencia?

“Me gusta enseñar, por eso estoy aquí. Hace mucho tiempo que no opero como primer cirujano. Entro al pabellón para colaborar en decisiones inusuales frente a las que los años de experiencia ayudan”.

—¿Echa de menos estar en primera línea?

“Seguir operando después de más de mil cirugías, ya no me llama la atención. Prefiero ayudarle al doctor que la está desarrollando y que no sabe si un tumor es reseccable o no. Para pasar ese límite, él necesita apoyo y ahí estoy yo”.

Una función que para Alfonso Díaz es clave, ya que, dice, existe cerca de un 20 por ciento de error cuando se considera que el tumor de un paciente es irreseccable, tras pasar por un comité oncológico y ser derivado a cuidados paliativos.

—Usted ha desarrollado su carrera en la salud pública, ¿nunca pensó ejercer en el sector privado?

“Nunca. Uno de mis intereses, además del cáncer gástrico, es el de páncreas y, en el sistema privado, se operan menos pacientes”.

Junto con la medicina, Alfonso Díaz cuenta que también desarrolló la pasión por el montañismo. Llegó a este para ganar salud, luego de sufrir un infarto a los 45 años. En esa actividad, subió macizos como el Aconcagua, los Ojos del Salado, el K2 y el Everest. Mantuvo esta afición hasta 2006 y hoy la reserva para cerros más chicos cerca de Santiago.

Cuenta que gracias a que su papá lo preparó desde niño para enfrentar el dolor, logró rescatar a un amigo montañista que hizo un

edema pulmonar a 8.000 metros de altura en el Everest y, años después, superar una caída de 90 metros en un glaciar.

—¿Cómo proyecta sus próximos años?

“Los tenía proyectados aquí, pero ahora el director del hospital me tendrá que echar”.

—¿Planea seguir ejerciendo en otro lado?

“Sí, podría hacerlo en Chad, región subsahariana de África. Allí hay hospitales de fundaciones donde siempre faltan doctores”.

—¿Y su señora lo seguiría?

“Por supuesto, ella es tecnólogo médico y acaba de jubilar. Trabajó en nuestro banco de sangre y puede montar uno allá. Yo he ejercido en muchos lugares, desde el Hospital de Copenhague hasta el Hospital de Laza. Siempre habrá alguien que me va a necesitar”.

—¿Cree que ha cambiado la forma de ver a los adultos mayores en Chile?

“No. Aún se jubila a médicos destacados como la doctora Rose Marie Megge, pionera en ecografía quirúrgica; el doctor Cornejo, con quien resecamos cinco cartílagos traqueales, procedimiento considerado imposible en medicina; y el doctor Martínez, que redujo la mortalidad por cáncer de mama en un 20 por ciento en Puente Alto. En 2025 hicieron 680 cirugías y 2.100 procedimientos. Parece inadecuado mandarlos a su casa”.

A estos ejemplos suma lo que le pasó hace un tiempo, cuando compró una camioneta y no la pudo retirar porque tenía más de 80 años y no encontró ninguna aseguradora que lo aceptara.

“A esta edad no hay derecho a crédito ni a trabajar en lo que a uno le gusta”, visibiliza.

—¿Algún sueño que le quede por cumplir?

“Miles. Creo que el mecanismo de los trasplantes se puede mejorar mucho aún y la terapia génica ya debería estar implementada para corregir patrones de riesgo”.

—¿Qué legado le gustaría dejar?

“Mi conocimiento. Si alguien aprendió o le gustó algo de lo que dije o hice, ese es mi legado”.

UC CHRISTUS



**La inclusión
digital es
también
inclusión
social.**

www.conectamayor.cl



@conectamayor

