



**UNIVERSIDAD DE CHILE
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA DE POSTGRADO**

**EFFECTOS DE LA POBREZA ENERGÉTICA Y LA VULNERABILIDAD
PSICOSOCIAL SOBRE EL BIENESTAR PSICOLÓGICO DE PERSONAS
MAYORES DE LA COMUNA DE QUINTA NORMAL**

**Tesis para optar al grado de Magíster en Psicología, mención Psicología
Comunitaria**

TAMARA OYARZÚN RUIZ

**Profesora Guía:
Adriana Espinoza**

**Profesora co-guía:
Anahí Urquiza**

**Comisión Examinadora:
Adriana Espinoza
Rodolfo Sapiains
Anahí Urquiza**

**Santiago de Chile
2023**

Resumen

La vivienda y las distintas dinámicas que se desarrollan en su interior tienen el fin clave de resguardar el bienestar de las personas que la habitan. Sin embargo, cuando existe una falta de acceso equitativo a servicios energéticos de alta calidad que permitan satisfacer las necesidades básicas y fundamentales de un hogar, este bienestar se ve amenazado. Este fenómeno, conocido como *pobreza energética*, es un problema actual, complejo, situado y multidimensional que requiere atención, particularmente cuando se trata de sus consecuencias sobre grupos vulnerables.

Esta tesis busca observar la pobreza energética en personas mayores y cómo esta interactúa con las condiciones de vulnerabilidad psicosocial de este grupo, haciendo énfasis en cómo esto impacta sus condiciones de bienestar psicológico. Para ello, se llevó a cabo una investigación cualitativa con entrevistas semiestructuradas que permitieron explorar las dimensiones de autoaceptación, control del entorno, autonomía, relaciones interpersonales, crecimiento personal y propósito en la vida de personas mayores de Quinta Normal, los impactos de la pobreza energética sobre estas, y el rol modulador de la vulnerabilidad psicosocial.

Los principales resultados muestran que la resiliencia y la sensibilidad tienen un rol modulador sobre los impactos de la pobreza energética sobre el bienestar psicológico de las personas mayores. También se destaca la importancia de observar la vejez desde un enfoque integral y no innatista para evidenciar la naturalización que se da de ciertas desigualdades. Por otro lado, se releva el efecto de la maladaptación, particularmente desde su vínculo con las labores de cuidado. Por último, también destacan descubrimientos acerca de la importancia que puede tener el vínculo con mascotas dentro del hogar y la existencia de enfermedades que no son respiratorias, cardiovasculares ni reumáticas.

Agradecimientos

Tal como ocurre a muchas personas, el proceso de escribir mi tesis fue difícil, con distintas experiencias vitales que lo volvieron cuesta arriba, pero también estuvo acompañado de distintas muestras de apoyo y cariño que permitieron poner el punto final, guardar ese archivo *Tesis final final ok esta sí que sí*, y enviarlo para cerrar un nuevo ciclo educativo.

Agradezco a todas las personas que aceptaron ser parte de esta tesis, que me permitieron entrar a sus casas y conocer sus historias, abriéndose a contar lo bueno y lo malo dentro de lo más cotidiano de su día a día.

Agradezco a Adriana Espinoza, Pablo Valdivieso, Vilma Cavieres y Bryan Ramírez por leerme, escucharme y brindarme apoyo ante las dificultades a lo largo de todo este proceso, desde sus distintos roles dentro del programa de magíster. No sé si lo habría logrado sin su respaldo.

Agradezco a la Red de Pobreza Energética (RedPE) y al Núcleo de Estudios Sistémicos Transdisciplinarios (NEST-r3) por ser un segundo hogar para crecer y aprender, lleno de personas brillantes que admiro y que estoy muy feliz de conocer. Especial agradecimiento a Nats, Vale y Paz por ser mis compañeras de generación, nacidas y criadas en ese experimento llamado NEST, y también a Cata y Anahí por adoptarnos, cuidarnos y enseñarnos que, aunque fuéramos chicas, igual podíamos sentarnos y opinar en la misma mesa que una persona con mil grados académicos.

Agradezco a mi hermana, a mi mamá y a mi papá por mandarme a dormir, escucharme reclamar, apoyarme, acompañarme, llevarme comida cuando no me podía parar ni a buscar un vaso de agua y ayudarme en todo lo que estuvo en sus manos. También a mis mascotas Aru, Yuki y Yoru, por ser un escape de la vorágine trabajo-estudio, lleno de cariño, mordiscos aleatorios y pelos en la ropa.

Por último, agradezco infinitamente a Juanjo por estar siempre conmigo a lo largo de todo este proceso, por ser mi refugio, por entenderme, por hacerme reír, por escucharme dar mil vueltas a cada idea que ni siquiera yo entendía y, sobre todo, por amarme y ser mi principal motivo para seguir aquí. Muchas gracias.

Índice

RESUMEN	II
AGRADECIMIENTOS	III
INTRODUCCIÓN	7
ANTECEDENTES.....	8
VIVIENDA, ENERGÍA Y SATISFACCIÓN DE NECESIDADES: LA AMENAZA DE LA POBREZA ENERGÉTICA AL BIENESTAR DE LOS HOGARES	8
GRUPOS VULNERABLES ANTE LA POBREZA ENERGÉTICA	12
POBREZA ENERGÉTICA Y VEJEZ EN CHILE	14
<i>Pobreza energética a nivel nacional</i>	14
<i>Envejecimiento en Chile</i>	17
EL CASO DE QUINTA NORMAL	22
RELEVANCIA, PREGUNTA Y OBJETIVOS	23
MARCO TEÓRICO	25
VEJEZ DESDE LA GERONTOLOGÍA COMUNITARIA	25
POBREZA ENERGÉTICA.....	26
VULNERABILIDAD PSICOSOCIAL	28
BIENESTAR PSICOLÓGICO	30
MARCO METODOLÓGICO	33
ENFOQUE METODOLÓGICO	33
TÉCNICAS DE PRODUCCIÓN Y REGISTRO	33
MUESTRA	34
HERRAMIENTAS DE ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN	37
ENFOQUE ÉTICO.....	37
RESULTADOS.....	38
EL IMPACTO DE LA POBREZA ENERGÉTICA SOBRE EL BIENESTAR DE LAS PERSONAS MAYORES	38
AUTOACEPTACIÓN	39
CONTROL DEL ENTORNO.....	43

AUTONOMÍA.....	49
RELACIONES POSITIVAS CON OTROS	52
CRECIMIENTO PERSONAL.....	59
PROPÓSITO EN LA VIDA	63
VULNERABILIDAD PSICOSOCIAL Y SU ROL MEDIADOR DE LOS EFECTOS DE LA POBREZA ENERGÉTICA	66
AUTOACEPTACIÓN	67
<i>Sensibilidad</i>	67
<i>Capacidad de adaptación</i>	68
<i>Capacidad de respuesta</i>	70
CONTROL DEL ENTORNO.....	72
<i>Sensibilidad</i>	72
<i>Capacidad de adaptación</i>	74
<i>Capacidad de respuesta</i>	75
AUTONOMÍA.....	77
<i>Sensibilidad</i>	77
<i>Capacidad de adaptación</i>	79
<i>Capacidad de respuesta</i>	80
RELACIONES POSITIVAS CON OTROS	81
<i>Sensibilidad</i>	81
<i>Capacidad de adaptación</i>	83
<i>Capacidad de respuesta</i>	84
CRECIMIENTO PERSONAL.....	85
<i>Sensibilidad</i>	85
<i>Capacidad de adaptación</i>	86
<i>Capacidad de respuesta</i>	87
PROPÓSITO EN LA VIDA	89
<i>Sensibilidad</i>	89
<i>Capacidad de adaptación</i>	90
<i>Capacidad de respuesta</i>	91
DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	92
EL ROL MODULADOR DE LA RESILIENCIA Y LA SENSIBILIDAD	92
LA IMPORTANCIA DE DERRIBAR LOS ESTEREOTIPOS DEL ENVEJECIMIENTO PARA EVIDENCIAR INEQUIDADES DE GÉNERO.....	94

DE LA PREOCUPACIÓN A LA MALADAPTACIÓN	96
OTRAS DIMENSIONES DE LA SALUD Y OTROS COMPAÑEROS EN EL HOGAR	97
REFLEXIONES FINALES	98
REFERENCIAS	101
ANEXOS	114
ANEXO 1. <i>CARACTERIZACIÓN DE LA MUESTRA</i>	114
ANEXO 2. <i>VERSIÓN ADAPTADA DE ENCUESTA DE DIAGNÓSTICO SOCIOENERGÉTICO DEL PROGRAMA DE INCLUSIÓN ENERGÉTICA E HÍDRICA</i>	116
ANEXO 3. <i>RESULTADOS ENCUESTA DE DIAGNÓSTICO SOCIOENERGÉTICO</i>	120
ANEXO 4. <i>PAUTA DE ENTREVISTA</i>	125
ANEXO 5. <i>CONSENTIMIENTO INFORMADO</i>	128

ÍNDICE DE TABLAS

TABLA 1. UMBRALES DE POBREZA ENERGÉTICA EN HOGARES ENTREVISTADOS	35
TABLA 2. FACTORES DE VULNERABILIDAD PSICOSOCIAL ASOCIADOS AL IMPACTO DE LA PE EN LA AUTOACEPTACIÓN	71
TABLA 3. FACTORES DE VULNERABILIDAD PSICOSOCIAL ASOCIADOS AL IMPACTO DE LA PE EN EL CONTROL DEL ENTORNO	77
TABLA 4. FACTORES DE VULNERABILIDAD PSICOSOCIAL ASOCIADOS AL IMPACTO DE LA PE EN LA AUTONOMÍA.....	81
TABLA 5. FACTORES DE VULNERABILIDAD PSICOSOCIAL ASOCIADOS AL IMPACTO DE LA PE EN LAS RELACIONES POSITIVAS.....	85
TABLA 6. FACTORES DE VULNERABILIDAD PSICOSOCIAL ASOCIADOS AL IMPACTO DE LA PE EN EL CRECIMIENTO PERSONAL.....	88
TABLA 7. FACTORES DE VULNERABILIDAD PSICOSOCIAL ASOCIADOS AL IMPACTO DE LA PE EN EL PROPÓSITO EN LA VIDA	92

Introducción

El presente documento presenta los resultados de la tesis titulada “Efectos de la pobreza energética y la vulnerabilidad psicosocial sobre el bienestar psicológico de personas mayores de la comuna de Quinta Normal” desarrollada para el Magíster en Psicología, mención en Psicología Comunitaria de la Universidad de Chile. El objetivo de esta investigación es conocer los factores de vulnerabilidad psicosocial relacionados con los efectos de la pobreza energética que impactan sobre las dimensiones de bienestar de personas mayores de la comuna de Quinta Normal.

El documento presenta, en primer lugar, los antecedentes de la investigación, la pregunta y objetivos, el marco teórico y el marco metodológico. A continuación, se presentan los resultados de la investigación, los cuales se dividen en tres secciones: la primera de ellas presenta los impactos de la pobreza energética sobre cada una de las dimensiones de bienestar, la segunda señala los factores de vulnerabilidad psicosocial asociados con los impactos previamente presentados, y la tercera un análisis que integra los elementos anteriores. Por último, se presenta una discusión donde los resultados dialogan con el marco teórico presentado, junto con las conclusiones generales, considerando una reflexión sobre las debilidades y proyecciones de esta investigación.

Antecedentes

Vivienda, energía y satisfacción de necesidades: la amenaza de la pobreza energética al bienestar de los hogares

La vivienda es un espacio clave para el desarrollo de la vida de las personas. No sólo corresponde a un lugar para residir, sino que también es la infraestructura donde se asientan distintas condiciones y recursos que están al servicio de la satisfacción de las necesidades del hogar. Sin embargo, cuando existen malas condiciones de habitabilidad, se observa un aumento en la tasa de mortalidad y las personas se exponen a una serie de riesgos para la salud, ya sea a nivel respiratorio, cardiovascular, mental, entre otros (Organización mundial de la salud [OMS], 2018).

Las malas condiciones habitacionales son un reflejo de las desigualdades sociales y ambientales (OMS, 2018), siendo una de sus manifestaciones la *pobreza energética*. Este fenómeno ha sido abordado de distintas formas en la literatura, siguiendo principalmente dos enfoques: uno de **subsistencia**, orientado a la existencia de ingresos necesarios para cubrir satisfactores básicos que permitan mantener la eficiencia física de las personas, y otro **consensual**, que considera que las condiciones de privación se relacionan con lo que piensan o sienten las personas según la estructura social e institucional en la que se encuentran (García Ochoa & Graizbord, 2016).

Los primeros estudios y propuestas aparecen en Europa, lugar donde prima el enfoque de subsistencia. En 1982, Paul Lewis propuso una de las primeras definiciones de lo que llamaría pobreza de combustible, la cual caracteriza como la incapacidad de un hogar para pagar el combustible necesario para mantener el calor o temperatura que le brinde confort térmico, definición que no acompañó con alguna propuesta metodológica para diagnosticar este fenómeno (Lewis, 1982). Posteriormente, Brenda Boardman también abordó este fenómeno como un problema de asequibilidad económica a energía para la calefacción del hogar

(Boardman, 1991). Bajo dicha premisa, se definió un umbral de gasto para Reino Unido, el cual indica que un hogar está en situación de pobreza energética cuando su gasto mensual en servicios adecuados de energía es mayor al 10% de su ingreso (Boardman, 1991). Luego de la construcción de este indicador, llamado *Regla del 10%*, surgen otros que proponen formas alternativas de evaluar el problema del gasto en energía. Uno de ellos es el *Low Income-High Cost* (LIHC), el cual define que los hogares se encuentran en pobreza energética cuando su **gasto** en energía es superior a la mediana nacional y quedan bajo la línea de la pobreza una vez pagada, y otro es el *Minimum Income Standard* (MIS), que contempla que esta condición se presenta cuando un hogar tiene un ingreso insuficiente para **costear la energía** luego de descontar los demás gastos de la vivienda y costos de vida mínimos (Red de Pobreza Energética [RedPE], 2018).

El enfoque de subsistencia sufrió distintas críticas teóricas y metodológicas, por lo que en paralelo se propone un **enfoque consensual**, donde se plantea que la privación se sufre cuando las personas no satisfacen las necesidades que se **sienten o piensan** como básicas en un determinado momento, dentro de una estructura social e institucional particular (García Ochoa & Graizbord, 2016). Desde este enfoque se propone un índice que contempla indicadores considerados objetivos –equipamiento de la vivienda– y otros subjetivos –datos cualitativos sobre el sentimiento de privación–, y es aplicado principalmente en Europa, al igual que la Regla del 10%, LIHC y MIS, entre otros (García Ochoa & Graizbord, 2016).

El punto de origen de estos indicadores es un tema de gran relevancia, en tanto las condiciones de países como los europeos, con un alto Índice de Desarrollo Humano ajustado por desigualdad (IDH-D) es muy distinta de los países con IDH-D bajo y medio, traduciéndose en distintas manifestaciones de la pobreza energética (Urquiza et al., 2019). En el caso de países de IDH-D bajo, si bien existe un problema en torno a la posibilidad de costear la energía, el foco está puesto en el **acceso** a la misma y a distintos tipos de tecnologías, mientras que en casos como

Latinoamérica, donde prima un IDH-D medio, se identifica un tercer problema: la **calidad** de los servicios energéticos (Urquiza et al., 2019).

Dentro de ese contexto es que en Latinoamérica surgen otras propuestas para comprender el fenómeno de la pobreza energética. Un ejemplo de ello es el índice *Satisfacción de Necesidades Absolutas de Energía*, en el cual se plantea que un hogar se encuentra en pobreza energética cuando sus integrantes se encuentran privados del acceso a distintos servicios energéticos vinculados con la satisfacción de necesidades humanas básicas (García Ochoa & Graizbord, 2016). Dentro de sus supuestos, propone que las necesidades básicas o fundamentales relacionadas con la energía son absolutas e iguales para todas las culturas y periodos históricos, mientras que también considera la existencia de una dimensión relativa, donde el sentimiento de privación con respecto a los satisfactores depende más bien de la especificidad cultural de las sociedades (García Ochoa & Graizbord, 2016), por lo que el problema se ve más allá de la capacidad de acceso en términos económicos e integra la evaluación subjetiva de la energía y sus servicios por parte de los hogares en determinados contextos.

Finalmente, otro ejemplo de conceptualización de este fenómeno es el *Índice Tridimensional de Pobreza Energética*, desarrollado para el caso chileno bajo la siguiente definición:

«Un hogar se encuentra en situación de pobreza energética cuando no tiene acceso equitativo a servicios energéticos de alta calidad para cubrir sus necesidades fundamentales y básicas, que permitan sostener el desarrollo humano y económico de sus miembros. Las necesidades fundamentales son aquellas que implican impactos directos en la salud humana; mientras que las necesidades básicas corresponden a aquellos requerimientos energéticos cuya pertinencia depende

de las particularidades culturales y territoriales» (Red de Pobreza Energética [RedPE], 2019, p. 10).

Esta definición de pobreza energética permite visibilizar el problema de la **calidad** y **equidad** en el **acceso** a la energía, considerando para ello dos tipos de necesidades: las **fundamentales**, que refieren a aquellas de carácter universal con impactos directos en la salud, y las **básicas**, que corresponden a requerimientos que varían según las características de un territorio (RedPE, 2019; RedPE & Generadoras de Chile, 2022).

Dentro de las necesidades fundamentales encontramos, por ejemplo, el mantener una temperatura saludable dentro de la vivienda, el acceso a tecnologías de conservación y cocción de alimentos y el suministro eléctrico para personas electrodependientes, entre otros, mientras que las necesidades básicas dependen de la pertinencia cultural, de aquello que un determinado territorio considera necesario, identificándose ejemplos como el acceso a agua caliente sanitaria (ACS), el confort térmico subjetivo, el uso de determinados electrodomésticos, el acceso a tecnologías para la educación y el trabajo, etc. (RedPE, 2019; RedPE & Generadoras de Chile, 2022).

Junto con esta definición también se propone la existencia de al menos tres categorías de servicios energéticos para la satisfacción de necesidades: **alimentación e higiene, iluminación y dispositivos eléctricos y climatización de la vivienda**; a lo anterior se agrega la dimensión de **equidad en el gasto** para visibilizar las barreras económicas en el acceso a energía de calidad –adecuada, confiable, segura y no contaminante– (RedPE, 2019; RedPE & Generadoras de Chile, 2022).

La existencia de umbrales para acceder a estos servicios energéticos, el gasto excesivo, el subgasto, la no capacidad para invertir en mejoras, la mala calidad de los servicios y las deficiencias de las viviendas ponen en riesgo la capacidad de un hogar para satisfacer sus necesidades fundamentales y básicas, lo cual se ha

asociado a consecuencias negativas para el bienestar de las personas, tales como el aumento en el riesgo de enfermedades respiratorias y cardiovasculares, trastornos afectivos, dificultad en el acceso a oportunidades educativas y laborales, aumento en la carga mental por trabajo doméstico y de cuidado, entre otros (Amigo-Jorquera et al., 2019).

Grupos vulnerables ante la pobreza energética

La vulnerabilidad es un concepto que abarca distintas dimensiones y que, a grandes rasgos, refiere a aquellos factores internos y del entorno que vuelven a las personas o territorios más propensos a sufrir los efectos negativos de una amenaza (Centro de Ciencia del Clima y la Resiliencia [(CR)²], 2018). En el caso de la pobreza energética, existen grupos que son particularmente vulnerables, dentro de los que encontramos a las personas de bajo nivel socioeconómico, mujeres jefas de hogar, adultos/as con baja escolaridad, infantes, personas mayores, entre otros (Amigo-Jorquera et al., 2019; Oyarzún & Espinoza, 2020; Red de Pobreza Energética [RedPE] & Generadoras de Chile, 2022).

En el caso particular de las personas mayores, éstas presentan una tendencia a manifestar distintas enfermedades de salud física y mental al verse enfrentadas a la pobreza energética (Oyarzún & Espinoza, 2020). Se ha identificado que la tasa de mortalidad en personas mayores aumenta con las bajas temperaturas en la vivienda (Camprubí et al., 2016; Clair & Baker, 2022; El Ansari & El-Silimy, 2008; Peralta et al., 2017). A su vez, se observa una mayor prevalencia de enfermedades respiratorias, cardíacas y reumáticas frente al frío (Haddad et al., 2022; O'Sullivan et al., 2011; Pignatta et al., 2017; Stewart & Dhesi, 2016) y respiratorias, cardíacas y cerebrovasculares ante el calor (Haddad et al., 2022; Ormandy & Ezratty, 2016; Santamouris & Kolokotsa, 2015; Wolf et al., 2010). Del mismo modo, también se identifican efectos negativos en la salud mental, presentándose una mayor prevalencia de cuadros depresivos, ansiosos, aumento en los niveles de estrés e impotencia al no poder subsanar la condición de pobreza energética, sentimientos

de soledad y mayor carga mental, entre otros (Ballesteros-Arjona et al., 2022; Camprubí et al., 2016; Cotter et al., 2012; Li et al., 2022; Stewart & Dhesi, 2016).

Junto con lo anterior, el escenario se complejiza si incorporamos la variable de género. Las mujeres, quienes están tradicionalmente relegadas al trabajo doméstico, suelen ser particularmente vulnerables ante la pobreza energética en tanto pasan más horas en sus viviendas e interactúan más directamente con los servicios energéticos dentro de la misma (ej. cocina), por lo que cuando estos son de mala calidad, inseguros, contaminantes, costosos, incapaces de mantener la temperatura intradomiciliaria dentro del rango saludable, entre otros, afectan más directa y profundamente su bienestar. A su vez, dado que también suelen estar relegadas a las tareas de cuidados, también ven aumentada su carga de trabajo y mental cuando otras personas en su hogar se ven afectadas por la pobreza energética (ej. enfermos producto de la contaminación) o preocupación adicional por electrodependientes en contexto de inestabilidad en el suministro eléctrico, ya sea por tener que dedicar esfuerzos adicionales para evitar su malestar como también para compensarlo (Amigo-Jorquera et al., 2019; Oyarzún Ruiz et al., 2022). A lo anterior se suma el edadismo energético general al cual se ven sujetas las personas mayores, el cual contempla una exclusión económica, tecnológica, digital y de acceso a la información –modulada por aspectos espaciales, socioculturales y de clase– que entorpece la capacidad de las personas para hacer frente a las adversidades en el ámbito energético (Žuk & Žuk, 2022). Considerando lo anterior, las mujeres mayores encargadas de las labores domésticas y de cuidado presentarían una mayor propensión a sufrir las consecuencias negativas de la pobreza energética, sobre todo si las condiciones territoriales, socioculturales y socioeconómicas son adversas.

Pobreza energética y vejez en Chile

Pobreza energética a nivel nacional

La pobreza energética es un problema que se manifiesta a nivel global y Chile no es la excepción. En lo que respecta a la alimentación e higiene, cerca de 26 mil hogares no cuentan con un refrigerador para conservar sus alimentos, un 6,7% ocupa leña para cocinar, un 3,4% la utiliza para obtener ACS y un 11,1% ni siquiera cuenta con un sistema de acceso a ACS; en el caso de la iluminación y dispositivos eléctricos, un 18.1% de las viviendas experimenta interrupciones del suministro eléctrico superiores a 1 hora promedio al año, más de 24 mil hogares no tienen acceso a electricidad y más de 9 mil usan un generador a diésel u otro para acceder a la misma; en cuanto a la climatización de la vivienda, cerca del 30% de los hogares del país utiliza leña para la calefacción, un 66% tiene problemas de eficiencia energética y un 23% declara pasar frío al interior de su vivienda en invierno; y por último, con respecto a la equidad en el gasto, un 16.9% de los hogares limita su gasto en energía para priorizar otras necesidades, mientras que un 22.6% realiza un gasto excesivo en este ítem (RedPE & Generadoras de Chile, 2022).

En Chile se han implementado algunas medidas que, considerándolo explícitamente o no, permiten subsanar algunos problemas de la pobreza energética a nivel nacional. Un ejemplo de ello es el Decreto 115 de 1999, en el que el Ministerio de Vivienda y Urbanismo (MINVU) incorporó un nuevo artículo a la Ordenanza General de Urbanismo y Construcciones, modificando con este las exigencias en materia de acondicionamiento térmico de las viviendas en su techumbre, mientras que el año 2006, con el Decreto 192, se realizó una nueva modificación que extendió esta exigencia a los muros perimetrales y pisos inferiores (De la Paz, 2021). Uno de los problemas es que esta normativa aplica a las nuevas construcciones, por lo que todas aquellas construidas antes de dicha fecha, que

alcanzan alrededor de un 66%, no necesariamente cuentan con esas condiciones mínimas de acondicionamiento térmico (RedPE & Generadoras de Chile, 2022).

Otro ejemplo es la Ley 21.304 del Ministerio de Energía, también llamada “Ley Lucas Riquelme” o “Ley de electrodependientes”, la cual prohíbe la suspensión de suministro eléctrico por no pago del servicio a personas que, para el tratamiento de alguna patología, se encuentren en condición de hospitalización domiciliaria sujeta a una conexión física –permanente o transitoria– a algún elemento de uso médico que requiera de electricidad para su funcionamiento, y sin el cual la persona estaría en riesgo vital o de secuela funcional severa (Ministerio de Energía, 2022a; Senado, 2021). Para su aplicación, la ley mandata a las empresas concesionarias de distribución eléctrica a llevar un registro de los domicilios de personas electrodependientes (sujeto a infracción gravísima ante la Superintendencia de Electricidad y Combustibles en caso de incumplimiento), con el fin de que estas no realicen cortes ante no pago, junto con el descuento en el cobro mensual del consumo de energía asociado a los dispositivos médicos en cuestión y atención preferencial en caso de cualquier imprevisto que interfiera en el suministro (Ministerio de Energía, 2022b). Esta medida resulta relevante en el caso de las personas mayores en hospitalización domiciliaria electrodependiente, en tanto ya se han registrado casos de muerte por corte de suministro (Diario UChile, 2017); sin embargo, el problema de esta ley es que son los/as propios/as pacientes quienes deben inscribirse en el registro, lo que exige salir de casa, cosa poco viable para un electrodependiente, o realizar el trámite online, también difícil para este grupo considerando que en Chile casi un 70% de la población mayor de 60 años no usa internet (ICARE, 2020; Y. Martínez et al., 2020).

Actualmente, el Ministerio de Energía también desarrolló una definición de pobreza energética que contempla los factores de acceso, calidad y equidad (o asequibilidad) que propone la RedPE, además de una dimensión de habitabilidad que refiere a las condiciones de infraestructura de la vivienda. Esta definición pretende orientar nuevas políticas públicas que consideren explícitamente este

fenómeno desde sus distintas dimensiones (Ministerio de Energía, 2021). En el caso concreto de las personas mayores, se reconoce la importancia de enfrentar esta problemática, sin embargo –al menos de manera explícita– refieren sólo a dos grandes casos como relevantes: los hogares rurales y los establecimientos de larga estadía y residencias (Ministerio de Energía, 2021), dejando fuera a un grupo no menor de hogares con mayores de 60 años en situación de vulnerabilidad. En esta línea se suman políticas públicas, de este y otros ministerios, tales como:

- la Ruta de la Luz, destinada a reducir las brechas de acceso a electricidad en zonas rurales y aisladas (Ministerio de Energía, s.f.-c)
- El programa de recambio de calefactores, que tiene como objetivo reducir la contaminación producto de la combustión a leña de cocinas y calefactores que ocupan dicho energético, mediante la entrega de nuevos sistemas de climatización eléctricos a cambio de la entrega del calefactor y/o cocina antigua que está actualmente instalada en la vivienda (Ministerio de Medio Ambiente, 2023)
- El programa de habitabilidad rural, orientado a soluciones habitacionales (construcción de vivienda y ampliaciones, acondicionamiento térmico, implementación de tecnologías fotovoltaicas, entre otros) en localidades de hasta 5.000 habitantes (Ministerio de Vivienda y Urbanismo, s.f.-a)
- El programa Recambia tu Calor, consistente en un descuento en la tarifa eléctrica de hogares que ocupan climatización con dicho energético en la zona centro-sur del país (Ministerio de Energía, s.f.-b)
- El programa Leña Seca Especial Maquinarias para las regiones de O'Higgins, El Maule, Ñuble, Biobío, La Araucanía, Los Ríos, Los Lagos y Aysén, dirigido a productores y comerciantes de leña, cuyo fin es aumentar la disponibilidad de leña seca y el reemplazo de la leña húmeda para disminuir los impactos de la contaminación en la salud (Agencia de Sostenibilidad Energética, s.f.)
- El programa Hogar Mejor, orientado al mejoramiento de viviendas y barrios mediante un subsidio a localidades urbanas de más de 5.000 habitantes para

la reparación, mejoramiento y ampliaciones en las viviendas, la adquisición de equipamiento comunitario y la instalación de sistemas solares térmicos y fotovoltaicos (Ministerio de Vivienda y Urbanismo, s.f.-b)

- El programa Con Buena Energía, destinado a impulsar la eficiencia energética a nivel residencial mediante capacitaciones y la entrega de un kit de soluciones para el hogar (Ministerio de Energía, s.f.-a).

A pesar de la diversidad de acciones, éstas siguen desarrollándose principalmente de manera desarticulada entre los distintos ministerios y, además, no necesariamente abordan la pobreza energética de manera integral considerando todos los aspectos que constituyen la definición propuesta, además de los distintos energéticos. Un ejemplo destacable de esto es la Mesa Estratégica de Pobreza Energética constituida durante el año 2022 dado el mandato de la Ley 21.472 que crea un fondo de estabilización de tarifas de electricidad y un mecanismo transitorio para dicha estabilización, la cual tenía por objetivo enfrentar la pobreza energética y la protección tarifaria. Esta mesa, en palabras del entonces Ministro de Energía, buscaría impulsar iniciativas y modificaciones regulatorias para enfrentar la pobreza energética considerando los ejes de asequibilidad, accesibilidad, calidad y habitabilidad (Ministerio de Energía, 2022); sin embargo, en la práctica se limitó sólo a la electricidad y puso su interés principal en la protección tarifaria, dejando fuera los demás energéticos y gran parte de las dimensiones y otros aspectos involucrados en la pobreza energética (Diario Financiero, 2023).

Envejecimiento en Chile

A nivel internacional, el envejecimiento presenta un crecimiento más acelerado de lo habitual, proyectándose el doble de habitantes mayores de 60 años al 2050 en relación con el 2015, encontrándose la mayor parte de estos en países de bajos y medianos ingresos (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2022). En Chile, este fenómeno demográfico se presenta de manera aún más acelerada (Huenchuan, 2018). Según las proyecciones hechas por el Instituto Nacional de Estadísticas en

base a los datos del Censo del 2017, se estimó un número aproximado de 2 millones de personas de 65 años y más al 2019, llegando a representar un 11,9% de la población del país, mientras que al año 2035 la cifra aumentaría a cerca de 4 millones, equivalente al 18,9% del total de la población proyectada (Instituto Nacional de Estadísticas [INE], 2019).

En lo que respecta a indicadores socioeconómicos, al 2020 un 22,1% de las personas mayores de 60 años se registró en pobreza multidimensional, superando el porcentaje a nivel nacional, lo cual se ve principalmente reflejado en las variables de educación, seguridad social y jubilaciones (Observatorio Social del Ministerio de Desarrollo Social y Familia, 2020). Vale mencionar que, si bien un 70% de los hogares en Chile están endeudados según la Encuesta de Presupuesto Familiar (Durán & Kremerman, 2020), el porcentaje de endeudamiento en personas mayores es de un 21%, cifra que, aun siendo significativa, presenta una destacada diferencia con el estándar nacional (Diario UChile, 2021). Este valor ha estado particularmente marcado por la pandemia de Covid-19, la cual trajo un aumento en la cesantía que, junto con los limitados ingresos por jubilaciones, elevó el monto de endeudamiento a 10 veces el ingreso por pensión solidaria durante el 2021, restringiendo la capacidad de las personas mayores para solventar sus gastos básicos (Diario UChile, 2021).

En cuanto a las condiciones de dependencia, la encuesta Casen 2017 devela que un 53,5% de las personas en situación de discapacidad corresponden a mayores de 60 años (Observatorio Social del Ministerio de Desarrollo Social y Familia, 2020). Se observa una relación negativa entre la dependencia funcional y los ingresos, es decir que mientras menores sean estos, mayor es la dependencia, siendo ésta de un 28,4% en el caso de las personas mayores del primer quintil de ingreso autónomo (Observatorio Social del Ministerio de Desarrollo Social y Familia, 2020). De todos modos, un 85,8% del total de personas mayores a nivel nacional se califica como autovalente, es decir, capaz de realizar actividades básicas (comer, bañarse, moverse dentro de la casa, etc.) o actividades instrumentales (salir a la calle, hacer

compras, realizar sus tareas del hogar, etc.), mientras que un 14,2% reportaría dependencia funcional en alguno de sus grados, grupo que presentaría nuevas exigencias a las políticas de familia y protección social a nivel nacional, así como también mayores demandas de cuidado en los hogares (Observatorio Social del Ministerio de Desarrollo Social y Familia, 2020). Vale mencionar que, si bien este informe señala que “el desarrollo de enfermedades crónicas y el aumento en la prevalencia de limitaciones funcionales (...) ocurre como parte del propio proceso de envejecimiento” (p. 19), esto no es realmente efectivo, en tanto el deterioro no es una condición inalienable de este grupo etario y, por ende, se debe prestar atención a otros factores en el entorno que vulneren su bienestar, tal como lo son las relaciones interpersonales, las condiciones habitacionales, su capacidad para cubrir sus distintas necesidades, las condiciones que proveen los servicios y políticas públicas, entre otros (Salech et al., 2020). En Chile, por ejemplo, existe una escasez de especialistas en geriatría y una falta de preparación por parte de los sistemas de transporte, pensiones y salud, lo cual restringe las capacidades de las personas mayores para llevar una vida con condiciones plenas (Abate, 2016).

Sin embargo, a lo largo de los años se han implementado algunos programas orientados al bienestar de las personas mayores. Particularmente, en relación con la vivienda y la autonomía se identifican:

- El Fondo de servicios de atención de vivienda al adulto mayor, el cual busca entregar servicios integrales de vivienda y cuidados a personas mayores dependientes mediante los programas Establecimientos de larga estadía para adultos mayores y Condominios de viviendas tuteladas (Servicio Nacional del Adulto Mayor [SENAMA], s.f.-a)
- El programa Cuidados domiciliarios, la cual consiste en la entrega de servicios de apoyo y cuidado para la ejecución de tareas cotidianas de personas mayores sin cuidador/a principal y que presenten un grado de dependencia moderada o severa (SENAMA, s.f.-c)

- El programa Centros diurnos del adulto mayor que, a través de la asistencia periódica a centros diurnos, promueve y fortalece la autonomía en personas mayores, y retrasa así la pérdida de funcionalidad, manteniéndolos en un ambiente familiar y social (SENAMA, s.f.-b)
- El programa Vínculos, que realiza un acompañamiento continuo para personas de 65 años o más que ingresan al Subsistema de Seguridades y Oportunidades del Ingreso Ético Familiar entregando herramientas psicosociales que permitan fortalecer la identidad, autonomía y sentido de pertenencia de las personas (SENAMA, s.f.-d); entre otros.

Calidad de vida en la vejez

La Quinta Encuesta Nacional de Calidad de Vida en la Vejez (Universidad Católica de Chile & Caja Los Andes, 2020) devela que, frecuentemente, las personas mayores con niveles educativos más bajos suelen declarar mayor malestar general, menos satisfacción con la vida y más preocupación, lo cual suele empeorar en las mujeres. Más de un tercio de la población mayor declara una alta prevalencia de sentimientos de soledad e indican que, en la medida que cumplen más años, empiezan a disminuir sus niveles de autonomía y su capacidad para tomar decisiones relevantes para su propia vida. Existe miedo a ser una carga para sus familias en caso de sufrir una enfermedad grave e indican que, en caso de poder elegir, optarían por morir en sus casas antes que en recintos hospitalarios.

En términos generales, según indican los resultados de la encuesta, el Índice de Calidad de Vida de las personas mayores aumentó entre el 2007 y el 2016, sin embargo, éste fue más bajo en 2019, siendo los subíndices “Condiciones materiales” y “Bienestar subjetivo” los peores evaluados. En este caso, las condiciones materiales refieren a la suficiencia de ingresos y la satisfacción de necesidades económicas, mientras que el bienestar subjetivo es presentado como las condiciones de salud física y mental con las que se envejece, en tanto un aumento en los síntomas depresivos y de ansiedad, el aislamiento, los sentimientos

de soledad y/o la dependencia a terceros implican una menor puntuación en este subíndice (Universidad Católica de Chile & Caja Los Andes, 2020).

A pesar del amplio detalle que otorga esta encuesta, cabe mencionar que este Índice de Calidad de Vida no cuenta con preguntas vinculadas a la vivienda y la alimentación, dado que consideran que esas necesidades “están ampliamente cubiertas en Chile, por lo que aportan poca variabilidad al índice” (p. 127). Sin embargo, las condiciones materiales son, precisamente, uno de los subíndices peor evaluados, por lo que queda un vacío de información al limitar la consulta únicamente a aspectos monetarios. Lo anterior cobra relevancia en tanto no basta con tener acceso a la vivienda y alimentos, sino que además ambos deben ser de calidad para resguardar el bienestar de las personas, cubrir sus necesidades y no producirles daño, y bajos ingresos pueden implicar la adquisición de artefactos y energéticos de mala calidad, así como la imposibilidad de realizar arreglos y mejoras en las viviendas. Además, en el caso particular de las personas mayores la vivienda cobra aún más relevancia, ya que pasan gran parte del tiempo en sus casas y generan con éstas un importante vínculo simbólico y conexión afectiva que les hace negarse a abandonarla, aun cuando no cubra sus necesidades o alguna condición de esta pueda hacerles daño (Comunicaciones FAU, 2020).

Por otro lado, se ha estudiado que Chile es uno de los países donde la cohabitación intergeneracional (ej. personas mayores viviendo con sus hijos/as y nietos/as) se presenta con mayor regularidad (Cabib et al., 2022). Lo anterior resulta de interés, en tanto se ha observado que el bienestar subjetivo de las personas mayores en Chile está fuertemente asociado con los vínculos intergeneracionales que mantienen, la calidad de las relaciones con sus familiares y el desarrollo de actividades en conjunto que permitan construir una identidad como grupo (Herrera et al., 2022). Sin embargo, la adultez mayor en Chile también está marcada fuertemente por la desigualdad, el maltrato y la vulneración de derechos (Ortega González, 2018), lo que en ocasiones se da en el contexto de convivencia con

familiares o el abandono de estos, particularmente si existe una expectativa de cohabitación o visitas frecuentes.

El caso de Quinta Normal

Quinta Normal es una comuna completamente urbana (Instituto Nacional de Estadísticas [INE], 2021) y presenta el clima mediterráneo de la ciudad de Santiago (Pérez-Fargallo et al., 2020). Tiene un alto déficit habitacional, con aproximadamente 4.000 hogares viviendo en condiciones de hacinamiento (Cámara Chilena de la Construcción [CCHC], 2019) y a junio del 2022 un 9,8% no contaba con acceso a servicios básicos (Biblioteca del Congreso Nacional de Chile [BCN], 2023).

Según los datos reunidos en el panel de indicadores de pobreza energética de la RedPE (RedPE, s.f.), en la comuna de Quinta Normal el 0,2% de los hogares no tiene acceso a electricidad y el 4,4% no tiene acceso al agua caliente sanitaria. Además, solo el 0,01% de los hogares usa leña o carbón para calefacción, lo que reduce su exposición a material particulado. El promedio de horas anuales de interrupciones en el suministro eléctrico es 0,6, horas, mientras que la suma de horas anuales asciende a 6,9. Según los datos disponibles, cuenta con un 1,5% de viviendas que no cuentan con condiciones mínimas de aislamiento dado que están construidas con materiales precarios y, por último, un 5,1% de la población presenta pobreza por ingresos y un 8,9% pobreza multidimensional, lo que suele correlacionarse con condiciones de pobreza energética.

En promedio, Quinta Normal presenta una mayor tasa de envejecimiento que el resto del país: según los datos del Censo 2017, al 2023 se proyectaron 140.964 habitantes, de los cuales 20.596 corresponderían a personas de 65 años o más. Lo anterior eleva el índice de Adultos Mayores o índice de envejecimiento de 74,07 el 2017 a 88,9 el 2023, siendo este mayor al de la región Metropolitana y el país (Biblioteca del Congreso Nacional de Chile [BCN], 2023).

Relevancia, pregunta y objetivos

Para todo el mundo es importante contar con una vivienda en buenas condiciones y con servicios energéticos de alta calidad, pero para las personas mayores es particularmente relevante, en tanto son un grupo que permanece gran parte de su tiempo en este espacio (Comunicaciones FAU, 2020; Vázquez-Honorato & Salazar-Martínez, 2011). Además, son un grupo que presenta una especial vulnerabilidad ante fenómenos asociados con las condiciones de habitabilidad como lo es la pobreza energética, por lo que estudiar esta problemática es una tarea clave para identificar la manera en la que actualmente la experimentan, sus consecuencias sobre el bienestar, las condiciones de su entorno que modulan esa experiencia, las estrategias que implementan para abordarla y su efectividad, las ayudas externas que podrían beneficiarles, entre otras, además de reforzar la idea de que el malestar y la enfermedad no son algo inherente a la vejez, sino más bien el resultado de condiciones adversas en su entorno inmediato y el contexto social en el que se insertan (Luna, 2008).

Para lograr este objetivo, es fundamental recordar que la pobreza energética es un problema actual, complejo, situado, y multidimensional, motivo por el cual la definición construida por la RedPE facilita la tarea de abordarla desde una perspectiva adecuada (RedPE, 2019). Del mismo modo, es necesario observarla más allá de las cifras y estadísticas, comprendiéndola como un fenómeno que también involucra un componente emocional y subjetivo, por lo que observarla desde el concepto de la vulnerabilidad brinda la ventaja de reconocer esos factores, haciendo énfasis en la experiencia y las estrategias, el rol modulador de los factores intrapsíquicos y la relación con el entorno, así como la dinámica naturaleza del fenómeno que influye en la capacidad de las personas para adaptarse y responder ante sus manifestaciones (Eisfeld & Seebauer, 2022; Hargreaves & Longhurst, 2018).

En Chile, el fenómeno de la pobreza energética en personas mayores no ha sido ampliamente explorado, motivo por el cual esta tesis lo abordará poniendo el foco

en sus efectos en el bienestar y cómo las condiciones de vulnerabilidad psicosocial de las personas mayores moldean dichos efectos. Para ello, se ha escogido la comuna de Quinta Normal, la cual presenta un índice de envejecimiento, dependencia y hacinamiento superior al nacional, además de una tasa de pobreza por ingresos superior al estándar de la Región Metropolitana (BCN, 2023), todos factores relacionados con la vulnerabilidad de este grupo ante la pobreza energética.

En base a lo anterior, se planteó la siguiente pregunta de investigación:

¿Cuáles son los factores de vulnerabilidad psicosocial relacionados con los efectos de la pobreza energética que impactan sobre las dimensiones de bienestar de personas mayores de la comuna de Quinta Normal?

Objetivo general:

Conocer los factores de vulnerabilidad psicosocial relacionados con los efectos de la pobreza energética que impactan sobre las dimensiones de bienestar de personas mayores de la comuna de Quinta Normal

Objetivos específicos:

- Caracterizar el impacto de la pobreza energética sobre las dimensiones de bienestar de las personas mayores de la comuna de Quinta Normal
- Identificar los factores intrínsecos (sensibilidad) y las capacidades de adaptación y respuesta (resiliencia) relacionados con el impacto de la pobreza energética sobre la autoaceptación de personas mayores de Quinta Normal
- Identificar los factores intrínsecos (sensibilidad) y las capacidades de adaptación y respuesta (resiliencia) relacionados con el impacto de la pobreza energética sobre las relaciones con otros de personas mayores de Quinta Normal

- Identificar los factores intrínsecos (sensibilidad) y las capacidades de adaptación y respuesta (resiliencia) relacionados con el impacto de la pobreza energética sobre la autonomía de personas mayores de Quinta Normal
- Identificar los factores intrínsecos (sensibilidad) y las capacidades de adaptación y respuesta (resiliencia) relacionados con el impacto de la pobreza energética sobre el dominio del ambiente de personas mayores de Quinta Normal
- Identificar los factores intrínsecos (sensibilidad) y las capacidades de adaptación y respuesta (resiliencia) relacionados con el impacto de la pobreza energética sobre el propósito en la vida de personas mayores de Quinta Normal
- Identificar los factores intrínsecos (sensibilidad) y las capacidades de adaptación y respuesta (resiliencia) relacionados con el impacto de la pobreza energética sobre la percepción de crecimiento personal de personas mayores de Quinta Normal

Marco teórico

En el presente apartado se presenta el enfoque teórico adoptado y las herramientas conceptuales relevantes para el desarrollo de esta tesis.

Vejez desde la gerontología comunitaria

El envejecimiento es un fenómeno que se ha abordado desde distintas perspectivas. Desde la psicogerontología, por ejemplo, se ha conceptualizado como una cascada de tres fases: una primaria, vinculada a los cambios que ocurren con la edad a los individuos de una especie, en ausencia de enfermedad; una secundaria, que refiere a la interacción entre el envejecimiento primario y el ambiente físico, lo cual puede propiciar la aparición de enfermedades; y uno terciario, donde se observaría un aceleración del deterioro “propio” del envejecimiento (James Birren & Cunningham, 1985). Si bien esta definición hace un esfuerzo por conceptualizar el envejecimiento

como un proceso más complejo que meramente cumplir años, en su tercera fase tiende hacia la naturalización del deterioro y la enfermedad como algo inherente a la edad, separado del factor ambiental, a la vez que omite cuestiones que van más allá de los factores individuales, tales como el carácter situado y sociocultural del fenómeno. Lo anterior es llamado *error fundamental de atribución* (Ross et al., 1977), el cual refiere a la tendencia de un observador a sobreestimar factores personales de los individuos y subestimar los situacionales al explicar un fenómeno o comportamiento. Esta es una característica frecuentemente observada en el sentido común, en el modo como culturalmente se explican acciones -otorgando mayor responsabilidad a disposiciones personales en desmedro de aspectos situacionales- con el fin de encontrar un sentido, predecir eventos y tener una sensación de control sobre el entorno, lo cual a la larga concentra el problema del cambio y la adaptación en los individuos y resta importancia al contexto y la necesidad de transformar aspectos como las condiciones sociales que impactan en el bienestar de las personas (Parales, 2010).

Con el fin de evitar este error, esta tesis contempla el envejecimiento como un proceso que va más allá de la edad, siendo un proceso y producto sociocultural, dependiente del contexto temporal y espacial de los individuos y que, para resguardar el bienestar de las personas, requiere un entorno seguro, funcional y confortable, así como integración social, acceso a servicios, protección económico-social, la promoción, mantención y acceso a la salud, entre otros (Salech et al., 2020).

Pobreza energética

Como hemos revisado, la pobreza energética (PE) cuenta con distintas definiciones y perspectivas desde las cuales es posible analizarla. En esta tesis utilizaremos la definición propuesta por la Red de Pobreza Energética, donde un hogar se encuentra en esta situación cuando no cuenta con acceso equitativo a servicios energéticos de alta calidad para cubrir sus necesidades fundamentales y básicas,

que permitan sostener el desarrollo humano y económico de sus integrantes (RedPE, 2019).

Tal como se expuso previamente, esta definición contempla tres dimensiones: el acceso, la equidad y la calidad. En primer lugar, el **acceso** refiere a los *umbrales físicos y tecnológicos* que facilitan o entorpecen el acceso a la energía; en segundo lugar, la **equidad** hace referencia al *umbral económico* que enfrentan los hogares que no logran costear servicios energéticos para cubrir sus necesidades; y, en tercer lugar, la **calidad** corresponde al *umbral tolerable de adecuación, confiabilidad y seguridad* de la energía, a partir del cual se definen acceso y equidad (RedPE, 2019).

Esta definición está acompañada del *Índice tridimensional de pobreza energética*, el cual se enfoca tanto en el gasto en energía como en el acceso a fuentes de energía limpias y tecnologías eficientes, a la vez que especifica umbrales específicos que, en caso de identificarse, indicarían que el hogar en cuestión se encuentra en pobreza energética (RedPE, 2021):

- Utilizar parafina, carbón o leña para la cocción de alimentos
- No contar con agua caliente sanitaria
- No tener acceso a red eléctrica
- Poseer interrupciones de servicio eléctrico en promedio mayor a 1 hora al año
- Utilizar biomasa o desechos para calefacción
- No poseer acondicionamiento térmico adecuado según zona climática
- Declarar pasar frío o calor durante las temporadas de invierno y verano, respectivamente, dentro de la vivienda
- Poseer un gasto excesivo o subgasto en energía

Vulnerabilidad psicosocial

Cuando hablamos de pobreza en general, y energética en particular, hablamos de amenazas que ponen en riesgo el bienestar de las personas. Para observar lo anterior, se entenderá el riesgo desde el marco analítico propuesto por el Centro de Ciencia del Clima y la Resiliencia (CR)² (2018), adoptando una lectura desde lo psicosocial. Según este marco, el **riesgo** es entendido como la probabilidad e intensidad esperada de impactos negativos sobre un territorio, sistema social y comunidades humanas que lo habitan a causa de un suceso o tendencia perjudicial. Éste depende de distintos factores, siendo uno de ellos la **amenaza**, que corresponde al potencial acontecimiento de un suceso en un determinado territorio o población. Por su parte, también está el factor de **exposición**, que corresponde a la presencia de personas o elementos en un territorio que podrían verse afectados negativamente por la amenaza. Por último, se encuentra la **vulnerabilidad**, la cual corresponde a la propensión del territorio y/o población a verse afectados negativamente por la amenaza, y a su vez está constituida por dos subelementos: la **sensibilidad**, que refiere a los factores de la población o del territorio que determinan los impactos posibles de la amenaza, y la **resiliencia**, que es la habilidad para responder reactivamente a la amenaza (*capacidad de respuesta*) o anticiparse proactivamente (*capacidad de adaptación*), modulando con ello su impacto.

La **sensibilidad** tiene al menos dos grandes ángulos desde los cuales puede ser observada, y esta distinción es más clara en la división que este concepto tiene en inglés con las palabras *sensibility* y *sensitivity*. Por un lado, y a grandes rasgos, *sensibility* refiere a los sentimientos de una persona (especialmente si la persona se ofende o es influenciada con facilidad) y a la habilidad para experimentar y entender sentimientos profundos, especialmente en el arte y la literatura (Oxford University Press, s.f.-a); por otro lado, *sensitivity* refiere a la capacidad de entender los sentimientos de otras personas, entender las artes y expresarse a través de estas, el ofenderse o enojarse con facilidad por algo, el hecho de que algo deba ser

tratado con cuidado dado que puede ofender o molestar a alguien, la capacidad de reaccionar rápido o más de lo usual a algo, y la habilidad de medir pequeños cambios (Oxford University Press, s.f.-b). En ese sentido, las dos grandes perspectivas pueden comprenderse como: una centrada en la experiencia personal, física y psíquica de una persona con respecto a un *algo u otro alguien*; y otra enfocada en umbrales, en cómo ese *algo o alguien* influyen en un otro (que puede o no ser una persona) que detectará, registrará y/o se verá modificado por su acción. Es decir que, si bien tienen puntos de encuentro, una está mayormente centrada en la experiencia interna vivida, y otra en los umbrales y cómo factores externos influyen en la experiencia vivida.

Desde el estudio de la vulnerabilidad psicosocial, el concepto de la sensibilidad no está clara y explícitamente abordado, sin embargo, sí se observa cuando se habla de vulnerabilidad sin el apellido “psicosocial”. Aquí, el concepto utilizado suele ser *sensitivity* (ej. Battamo et al., 2022; Grave et al., 2022; Rathi et al., 2022; Rogers et al., 2020; Von Uexkull et al., 2016), en tanto presta mayor versatilidad partiendo por el hecho de que no está centrado en la experiencia interna de las personas. Sin embargo, para efectos de esta tesis, dado que el interés está en la dimensión psicosocial, también se utilizará la noción de *sensibility* como un factor más contenido dentro de *sensitivity*, es decir, que la capacidad para sentir y los sentimientos en sí mismos también serán observados como un algo que influye en otro algo (en este caso, cómo los sentimientos también modulan la propensión a sufrir los impactos de la pobreza energética y la manifestación de estos).

En lo que respecta a la **resiliencia**, esta cuenta con un desarrollo teórico más amplio desde la dimensión psicosocial y se han identificado dos grandes corrientes: una americana, que plantea que la resiliencia es una característica innata asociada a factores internos que trasciende al contexto donde se encuentran los individuos; y una francesa, que plantea que más bien se trata de un proceso dinámico que varía en las distintas etapas de la vida, ante distintas circunstancias, contextos sociales y familiares, y que es dependiente de la cultura (Estevez et al., 2011). En el caso de

esta tesis, la segunda tradición resulta más pertinente, en tanto se busca comprender la pobreza energética, la vejez y la vulnerabilidad misma como fenómenos situados, dependientes del contexto, dinámicos, y que no son compatibles con perspectivas innatistas.

Así, la resiliencia psicosocial será comprendida como las capacidades físicas y psicológicas para resistir los efectos nocivos de una amenaza (capacidad de adaptación) y de efectuar una reparación (capacidad de respuesta) que permitan restaurar o crear un nuevo equilibrio (Adger, 2006; Estevez et al., 2011; Urquiza & Billi, 2020). Estas capacidades dependen de condiciones materiales, subjetivas, creencias, valores, ingenio, etc. (Anderson et al., 2012; Hargreaves & Longhurst, 2018), así como también de las relaciones interpersonales (Bolton et al., 2023; Hargreaves & Middlemiss, 2020).

Vale mencionar que no todas las estrategias son necesariamente “resilientes” y adecuadas para resguardar el bienestar, sin embargo, las personas caracterizan su experiencia desde lo que consideran apropiado para ellos mismos en su propio contexto social, desde su propia subjetividad, por lo que puede que no identifiquen este problema (Middlemiss & Gillard, 2015). Esto puede traducirse en la adopción de estrategias maladaptativas, es decir, que no cumplen con su objetivo o cuyo costo es demasiado alto y afecta otros aspectos de la vida de quien las practica, propiciando a su vez la habituación a condiciones físicas, psicológicas y relacionales que aumentan su vulnerabilidad (Juhola et al., 2016).

Bienestar psicológico

El concepto del bienestar tiene distintas definiciones y tradiciones. Una de las más tradicionales es el *bienestar subjetivo*, asociado a una concepción hedonista donde el centro está en la obtención de placer y felicidad, lo cual fue acogido en un principio por la psicología positiva que relevó el optimismo, los afectos positivos, las experiencias altamente positivas y la satisfacción vital, construyendo una idea de

bienestar donde se espera una satisfacción y buena valoración, tanto emocional/afectiva como cognitiva, de los eventos de la vida (Satorres Pons, 2013).

Por otro lado, existe una concepción eudaimónica del bienestar llamada *bienestar psicológico*. Esta se propone como una alternativa a la definición hedonista, enfocada más bien en el desarrollo, el crecimiento personal, la forma de enfrentar los retos en la vida, el esfuerzo y el interés por alcanzar las propias metas, por lo que considera que el bienestar está en el proceso y consecución de objetivos que permiten el crecimiento personal y la satisfacción vital y no en actividades placenteras (Muñoz Arroyave et al., 2022; Satorres Pons, 2013). Para Carol Ryff (1995), este bienestar contempla el desarrollo de capacidades y un funcionamiento positivo, el cual tiene un comportamiento dinámico y multidimensional que varía a lo largo de todo el proceso evolutivo de las personas. Para comprenderlo en su amplitud, propone un modelo multidimensional llamado *Modelo integrado de desarrollo personal*, para el cual define seis dimensiones: autoaceptación, crecimiento personal, propósito en la vida, relaciones positivas con otros, autonomía y control del entorno (Ryff, 1995).

- Autoaceptación: la persona posee una actitud positiva hacia sí misma; reconoce y acepta múltiples aspectos de sí incluyendo buenas y malas cualidades; es positiva sobre cómo ha sido a lo largo de su vida. Una persona con baja autoaceptación tiende a la insatisfacción consigo misma y con su historia de vida.
- Dominio del entorno: tiene un sentido de dominio y competencia para manejar el ambiente; controla un grupo complejo de actividades externas; hace un uso efectivo de las oportunidades de su entorno; es capaz de crear o escoger contextos adecuados para sus necesidades y valores personales. Presentar un bajo dominio se vincula con dificultades para manejar los desafíos del día a día y la percepción de ser incapaces para generar cambios y mejoras en el entorno.

- Autonomía: es autodeterminado/a e independiente; capaz de resistir la presión social para actuar y pensar de cierta manera; autorregulación de la conducta; se evalúa a sí misma/o desde estándares personales. Una baja puntuación en este ítem se relaciona con una alta preocupación por las expectativas del resto, una tendencia a decidir en base a la opinión de los/as demás y una propensión a dejarse influir por el entorno social, principalmente de manera negativa.
- Relaciones positivas con otros: tiene relaciones de calidad, satisfactorias y de confianza; se preocupa del bienestar de otros/as; es capaz de tener una fuerte empatía, afecto e intimidad; comprende el "dar y recibir" de las relaciones humanas. Quienes tienen bajas puntuaciones tienen dificultades para tener relaciones cercanas, ser abiertos/as con el resto y preocuparse de los/as demás.
- Crecimiento personal: tiene un sentimiento de desarrollo constante; siente que crece y se expande; hay apertura a nuevas experiencias; cree que puede alcanzar su potencial; ve mejoras en sí misma/o y su conducta a lo largo del tiempo; cambia de maneras que reflejan más autoconocimiento y eficacia. Bajas puntuaciones se relacionan con el sentimiento de estancamiento, no mejora, falta de motivación e incapacidad de seguir desarrollándose.
- Propósito en la vida: tiene metas en la vida y una dirección; siente que hay un significado para la vida presente y pasada; sostiene creencias que le dan propósito a la vida; tiene propósitos y objetivos por los cuales vivir. Quienes presentan baja puntuación en este ítem no ven una dirección ni sentido en sus vidas, además de presentar nulas o pocas metas.

Esta definición de bienestar se ajusta al criterio de multidimensionalidad abordado por los demás conceptos base para esta tesis, motivo por el cual permite establecer un diálogo entre los distintos aspectos de interés.

Marco metodológico

Enfoque metodológico

La metodología de esta tesis es de carácter cualitativo, de carácter descriptivo y enfocado en la comprensión del fenómeno en estudio (Canales, 2006). Se enmarca en la psicología comunitaria, la cual busca que una investigación articule el encuadre negativo y positivo, es decir, que no sólo busque conocer el o los problemas de lo que observa, sino que también identificar recursos que puedan utilizarse para abordar dicho problema (Martínez, 2006). A su vez, considera un diseño flexible que pueda adaptarse ante las visiones de quienes participan en ella (Sautu et al., 2005), y que esté abierto a modificarse a lo largo de la investigación si esta lo requiere a lo largo del ejercicio analítico durante el trabajo de campo (Carrillo Pineda et al., 2011; Maxwell, 2019).

Técnicas de producción y registro

Esta investigación cuenta con dos técnicas de producción de información.

La primera de ellas fue una fase de exploratoria donde se aplicó una versión adaptada del instrumento de diagnóstico del Programa de Inclusión Energética & Hídrica con el fin de identificar si los hogares contactados presentaban alguna de las condiciones propuestas por el indicador de pobreza energética de la RedPE (RedPE, 2021), para luego seleccionar aquellos que sí cumplían con dicho criterio. Posteriormente se realizaron entrevistas semiestructuradas para generar un registro de experiencias de vida de las personas mayores en situación de pobreza energética, mediante una conversación que permitió una aproximación a sus conocimientos e interpretaciones con mayor flexibilidad a la otorgada por la encuesta, a la vez que brindó un espacio para la resolución de dudas inmediatas (Sautu et al., 2005). El registro de respuestas del cuestionario se hizo mediante la plataforma de Google Forms, mientras que las entrevistas fueron grabadas y

transcritas para su posterior análisis. A lo largo de este proceso se tomaron notas que fueron consideradas posteriormente en el análisis.

Posterior a las entrevistas, se entregó a los hogares una lista de consejos sobre eficiencia energética que pudiera complementar los conocimientos que ya tenían, enfatizando en aquellos que podrían permitir subsanar problemas con los que aún no lograban lidiar.

Muestra

Para la aplicación de la encuesta se contactó a 14 hogares con un muestreo “bola de nieve”, de los cuales 10 presentaron al menos uno de los umbrales de pobreza energética propuestos por el indicador tridimensional de la RedPE. Para definir los primeros 14 hogares, se consideró como requisito que estos contaran con al menos una persona mayor a 60 años que no presentara algún trastorno neurodegenerativo (ej. demencia) que le impidiera autorizar autónomamente el estudio, ni tampoco *algún trastorno del habla y/o audición que restringiera significativamente la comunicación*.

Dado que la unidad de análisis es el hogar, se entrevistó al mismo tiempo a todas las personas mayores que lo habitaran y que estuvieran interesadas en participar. Se señalan en la Tabla 1 las personas entrevistadas por hogar y los umbrales de pobreza energética de cada vivienda (en el Anexo 1 se presenta una caracterización más extensa de los hogares).

Tabla 1

Umbrales de pobreza energética en hogares entrevistados

Hogar	Umbral de PE	Otros relacionados con Índice tridimensional de PE
Chana Fuentes	<ul style="list-style-type: none">• Sin acondicionamiento térmico• Declara exceso de calor en verano	<ul style="list-style-type: none">• Sufre cortes de luz dado que el tendido eléctrico es muy bajo y los camiones que pasan lo cortan (no hay claridad sobre la duración promedio de los cortes).
Daniela López	<ul style="list-style-type: none">• Declara exceso de frío en invierno	<ul style="list-style-type: none">• Sufre cortes de luz dado que el tendido eléctrico es muy bajo y los camiones que pasan lo cortan (no hay claridad sobre la duración promedio de los cortes).
Nené Rojas	<ul style="list-style-type: none">• Sin acondicionamiento térmico.• Declara exceso de calor en verano y frío en invierno.	<ul style="list-style-type: none">• Sufre cortes de luz dado que el tendido eléctrico es muy bajo y los camiones que pasan lo cortan (no hay claridad sobre la duración promedio de los cortes).• Su vivienda tiene ampliaciones y no cuenta con una normalización eléctrica, muchos cables se encuentran a la vista, aunque no al alcance.• Sufre de cortes frecuentes por sobrecarga al conectar varios electrodomésticos, lo que afecta tanto la energía de la vivienda como la de su PYME (camión de venta de comida en la entrada de su casa).

Rosa Dueñas	<ul style="list-style-type: none"> ● Sin acondicionamiento térmico. ● Exceso de calor en verano y frío en invierno 	<ul style="list-style-type: none"> ● Declara sacrificar gastos energéticos de cocción de alimentos para priorizar los de climatización.
Tacher Reyes	<ul style="list-style-type: none"> ● Sin acondicionamiento térmico. ● Exceso de calor en algunas zonas de la casa en verano. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Sufre cortes de luz dado que el tendido eléctrico es muy bajo y los camiones que pasan lo cortan (no hay claridad sobre la duración promedio de los cortes).
Nano Peña e Irene González	<ul style="list-style-type: none"> ● No toda la casa posee acondicionamiento térmico. ● Declaran exceso de frío en algunas zonas de la casa en invierno. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Sufre cortes de luz dado que el tendido eléctrico es muy bajo y los camiones que pasan lo cortan (no hay claridad sobre la duración promedio de los cortes).
Brad Prado	<ul style="list-style-type: none"> ● Sin acondicionamiento térmico. ● Exceso de calor en verano. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Sufre cortes de luz dado que el tendido eléctrico es muy bajo y los camiones que pasan lo cortan (no hay claridad sobre la duración promedio de los cortes). ● En ocasiones usa leña para la calefacción.
Chavita Albornoz	<ul style="list-style-type: none"> ● Sin acondicionamiento térmico. ● Exceso de calor en verano y frío en invierno. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Sufre cortes de luz dado que el tendido eléctrico es muy bajo y los camiones que pasan lo cortan (no hay claridad sobre la duración promedio de los cortes).
Ros Díaz	<ul style="list-style-type: none"> ● Vivienda autoconstruida, están instalando acondicionamiento térmico. ● Exceso de calor en verano y frío en invierno. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Sufre cortes de luz dado que el tendido eléctrico es muy bajo y los camiones que pasan lo cortan (no hay claridad sobre la duración promedio de los cortes). ● Su casa presenta fallas importantes en su techo que hacen que este tenga grandes filtraciones de agua cuando llueve.

<p>Juan Pérez y Roberta Muñoz</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Sin acondicionamiento térmico. Exceso de calor en verano y frío en invierno. • Cocinan con leña o carbón cuando no pueden comprar gas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sufre cortes de luz dado que el tendido eléctrico es muy bajo y los camiones que pasan lo cortan (no hay claridad sobre la duración promedio de los cortes).
-----------------------------------	---	--

Nota: Todos los nombres presentes en esta tabla son pseudónimos escogidos por los/as entrevistados/as. Elaboración propia.

Herramientas de análisis de la información

La encuesta cumplió un rol descriptivo para contar con un primer acercamiento general a las condiciones del hogar y aplicar el criterio de selección.

A continuación, se realizó un análisis de contenido cualitativo de las entrevistas. El análisis de contenido se centra, valga la redundancia, en el contenido de las comunicaciones y permite formular, por medio de ciertos datos, inferencias que puedan aplicarse a su propio contexto (Krippendorff, 1990). En el análisis de contenido cualitativo los códigos son la base para la reducción y organización del contenido, y es posible establecer distinciones entre categorías comunes, especiales y teóricas. En el caso de esta tesis, se realizó un proceso de codificación deductivo asociado a las categorías otorgadas por los conceptos de bienestar y vulnerabilidad, pero también se acompañó con un proceso inductivo de codificación abierta para sostener un proceso creativo y flexible y construir unidades analíticas (Mayring, 2004). Posteriormente se realizó una codificación axial revisando el contenido para identificar vínculos entre los códigos y sus subcategorías, para finalmente realizar una codificación selectiva que permitiera integrar el contenido revisado (Strauss & Corbin, 1998).

Enfoque ético

La presente investigación adscribe a los principios del Código de Ética de la Asociación Americana de Psicología (APA), los cuales contemplan un código de

conducta para el profesional de la psicología y una serie de consideraciones para su trabajo clínico, de intervención y de investigación. A saber, los principios generales del estudio serán la beneficencia y no maleficencia, el establecimiento de relaciones de confianza y responsabilidad, el resguardo y la promoción de la integridad, la justicia, y el respeto a los derechos y la dignidad de las personas (American Psychological Association [APA], 2017).

Se construyó un consentimiento informado que fue leído junto a los/as participantes previo al inicio del proceso. En el documento se explicita el título de la tesis, el objetivo, la duración estimada de la entrevista, la solicitud de autorización para grabarla, el carácter voluntario, la posibilidad de no responder y terminar la entrevista cuando lo desearan, la ausencia de perjuicios y recompensas por su participación, que el uso de la información será exclusivo para esta tesis, el carácter anónimo del proceso (se les solicita elegir un pseudónimo), el periodo de conservación del audio y transcripción de la entrevista.

En el caso de aquellas personas con dificultades visuales o que no supieran leer, se solicitó a un/a integrante del hogar de su confianza que acompañara el proceso de lectura, de manera que la persona pudiera decidir informada si deseaba participar o no. Se abrió un espacio para resolución de consultas previo a la firma de los consentimientos. Para aquellas personas que no supieran leer, se brindó la opción de firmar con su huella digital. Tanto la investigadora como las personas entrevistadas conservaron una copia del consentimiento informado.

Resultados

El impacto de la pobreza energética sobre el bienestar de las personas mayores

Para resguardar condiciones óptimas de bienestar, es necesario que las mismas personas mayores eviten las lógicas del estancamiento que vinculan la edad con una incapacidad para actuar y seguir desarrollándose. En este contexto, los casos revisados cuentan con distintas visiones de sí mismos/as, del funcionamiento del

entorno y su integración con este, la seguridad y comodidad que les otorgan, y sentidos sobre la vida que pueden estar más allá de los límites de la edad. A continuación, revisaremos los efectos de la pobreza energética identificados en estos hogares en relación con cada una de las dimensiones del bienestar psicológico.

Autoaceptación

La autoaceptación refiere a la actitud de las personas hacia sí mismas, aceptarse con sus buenas y malas cualidades y tener una visión positiva sobre la vida que han llevado.

Con respecto a la aceptación, generalmente las personas declaran sentirse bien, grandes, inteligentes, empoderadas e independientes cuando logran solucionar problemas, siendo uno de los más mencionados el fallo en los sistemas de agua caliente sanitaria (tanto calefón como termo). En este caso, no existe una tendencia a intervenir directamente el dispositivo, sin embargo, se siente orgullo al “diagnosticar” cuál podría ser el potencial problema y posteriormente contrastarlo (incluso defenderlo) ante el técnico contratado. Por el contrario, existen críticas a sí mismo/as cuando no aciertan, cuestionando su propia inteligencia. Chana vivió ambos escenarios:

“Una vez me falló el calefón, no sabía por qué y me preocupé, así que un día pensé que era falta de mantención, pero al final era que yo le había puesto unas pilas baratas que no sirvieron. Yo llamé al técnico y me dijo “no, sus pilas son malas”. Ahí aprendí que el calefón no funciona con pilas baratas y bueno, tonta me sentí, de verdad me sentí tonta porque decía “no me prende, como que quiere, pero no, no prende” y al final eran las pilas no más” (Chana, 75 años).

Este dispositivo, tiempo después, volvió a presentar problemas. Consultó al mismo técnico qué podía estar pasando y luego solicitó atención a domicilio:

“Después tuvo otra falla, que es un chispero que va, que manda desde el gas a la chispita. Sabía que era eso y venía [el técnico], pero vino otro joven. Me dijo varias cosas y yo le decía “no, si eso es lo que está malo”, porque el otro joven era muy correcto, él me decía lo que era, porque él me podría haber hecho lesa, me podría haber dicho “no, está malo esto y más”, porque pasa. Me quedó mirando el chiquillo y me dijo “a ver, vamos a revisar”, y era eso. El otro joven que me lo había venido a ver me lo dijo, porque una vez fue las pilas, pero ahora era un chisperito, y ahí cuando una sabe llega con otra actitud cuando llega el técnico, porque ya sabe, y así no la hacen lesa y termina sintiéndose bien” (Chana, 75 años).

También hay un caso en el que la persona es más precavida y opta por hacer mantenciones periódicas que eviten problemas imprevistos. Ese es el caso de Tacher (75 años), quien manifiesta una buena percepción de sí misma por tener esa práctica y además hacerlo por cuenta propia.

“No había pasado nada de que saliera ruido o que saliera la llama amarilla. No, nada más que por precaución. (...) Me siento bien. Porque lo hago sola, nadie me dice, no ando molestando a nadie, que me llame por teléfono para que venga el técnico. Solita yo me manejo en todo eso. Y eso me motiva mucho” (Tacher, 75 años).

En otros casos, donde se consulta sobre la percepción que tienen de sus propios conocimientos y habilidades para utilizar artefactos como la cocina, también se declara un sentimiento negativo hacia sí mismos/as, particularmente cuando han recibido críticas. Juan señala:

“Acá la Roberta no más ocupa la cocina, o sea, ella y mis hijas, yo no sé, no sé ni usar el horno, o sea, el microondas, no me da la cabeza con tantos botones. Todavía me hacen chistes porque una vez quise calentar algo, apreté no sé qué botón y después estuve esperando como una hora a que terminara de funcionar, ¿no ve que suena un *tín?*, pero nunca había empezado a

funcionar, y ahí estaba yo como pavo. También me retan cuando intento hacer pan tostado porque siempre se me quema, pero a mí me gusta así en todo caso... pero me da pena a veces cuando quiero hacer el desayuno como sorpresa y pasa, a uno no le da la cabeza no más” (Juan, 75 años).

A la vez, se repite el fenómeno de una mejor autoaceptación cuando se trata de superar un problema. Roberta señala:

“Me compré esa máquina que es para moler el choclo, pero me volé y la dejé con el cable en el suelo, y nosotros tenemos una coneja acá, y se metió a la casa y mordió el cable. Yo, a mí me da miedo la corriente, así que guardé no más la máquina y me compré otra más chica, pero un día dije “ya, cómo va a ser pa’ tanto” y compré de esa huincha negra y arreglé el cable (...), contenta estaba, no sé, me sentí inteligente, yo no tengo estudios, pero igual me las arreglo para hacer cosas así, así que me sentí súper orgullosa” (Roberta, 64 años).

Por otro lado, el uso de otros servicios energéticos también puede generar una postura de reproche hacia sí mismos/as cuando surge el arrepentimiento ante una mala decisión. Ese es el caso de Brad (86 años), quien cuenta que antes de irse de vacaciones le “bajaron los cinco minutos”, tomó los equipos provistos por su compañía de cable e internet, los devolvió y canceló el servicio:

“No fue buena idea, después la Carito me decía “oye, es que nos falta esto”. Yo en realidad ahí me di cuenta de que metí la pata, como todo el mundo mete la pata alguna vez, pero parece que mi especialidad es meter la pata siempre” (Brad, 86 años).

En otros casos la autoaceptación va más allá de la valoración personal positiva actual, sino que abarca una satisfacción sobre cómo ha sido la vida de la persona en general. Daniela dice:

“Yo sí soy muy cuidadosa con los recursos energéticos, cuánto cuesta, cuánta agua necesitamos para generar esta electricidad que yo estoy gastando, y yo no soy avara, pero digo “yo tengo que tener una conciencia ecológica”, termino de usar el sachet de la leche, lo enjuago, a una bolsa (...), los recursos hídricos han ido disminuyendo, cada día son menores por el cambio climático, entonces si los voy a usar, yo prefiero guardar para echárselo a plantitas en vez de tener cuatro o cinco luces que no tienen ni un sentido. Esto lo hago desde hace años y me gusta, me siento bien, estoy conforme con hacerlo siempre” (Daniela, 63 años).

Por su parte, en lo que respecta al gasto, los hogares declaran que en general logran manejar bien el presupuesto de energía y no sacrificarlo de manera significativa, sin embargo, las alzas han causado en algunas personas sentimientos de angustia y una mala percepción sobre sí mismas por no alcanzar a costearla con tranquilidad.

“Nosotros somos ordenados sí, y más encima esto de la PGU con el cambio que hicieron nos ayudó hartito, pero igual yo digo “pucha, qué lata estar justa con la plata, cómo no pude ser buena pa’ otra cosa, no sé, haber tenido cerebro pa’ estudiar y tener un poco más plata” o cualquier cosa así, y con eso me bajoneo igual. Yo trato de no enojarme cuando sube la luz y el gas, total, ¿qué saca una con enrabiarse? Es perder el tiempo y a esta edad no vale la pena, pero cuando me da pena con el tema ahí sí que no se me pasa, porque la agarro conmigo po’, soy pesa’ conmigo en eso, lo que hice y lo que no hice” (Irene, 72 años).

En normas generales, se observa que la pobreza energética sí tiene efectos en la autoaceptación de las personas, la cual tiene una estrecha relación con la autoevaluación sobre aspectos cognitivos y la aceptación del entorno. Incluso cuando los sentimientos están vinculados a temas económicos, el efecto en la autoimagen no necesariamente es producto de la falta de dinero en sí, sino que se

responsabiliza a sus habilidades y decisiones pasadas por no tener más ingresos. Lo anterior afecta su salud emocional y genera sentimientos de impotencia.

Control del entorno

Esta dimensión refiere al sentido de dominio del entorno y la capacidad de las personas para tomar decisiones y adaptarlo para satisfacer sus necesidades.

Un primer factor relevante, señalado por todos los hogares, es el dinero. Si bien algunos tienen claro que adquirir artefactos eficientes energéticamente puede ser de gran ayuda, no siempre cuentan con recursos para adquirirlos y existe una resistencia al endeudamiento, por lo que finalmente, a menos que ya tengan el dinero o algo se eche a perder, no actualizan sus artefactos. De todos modos, eso no quita que los hogares suelen contar con una variedad de artefactos, como estufas dependientes de distintas fuentes de energía (habitualmente a gas, parafina y eléctricas) y, en ocasiones, con reservas de combustible que permitan responder ante imprevistos (como el tener al menos un cilindro de gas extra en caso de que alguno de los que está en uso se acabe).

Por otro lado, la mayoría de las viviendas se encuentran en zonas donde el tendido eléctrico tiene sus cables a baja altura y cuando pasan camiones, frecuentemente los cortan. Si bien no tienen claridad sobre la frecuencia con la que ocurre ni la duración de los cortes, todos coinciden en que son muy frecuentes y que en ocasiones han durado casi días completos, lo cual genera malestar por distintos motivos. El más común es la impotencia por no poder hacer nada y que nadie haga nada, ya que las condiciones del cableado están siempre mal y no saben si existe una persona responsable de arreglar eso para que no pase más. Esto es señalado con gran frustración por algunos, ya que comentan que a veces deben esforzarse mucho para lograr pagar todo a fin de mes, y aun así sufren cortes de servicio, los cuales además no se traducen en descuentos en sus cuentas mensuales. Nené prepara pan de pascua para vender y su familia tiene una pyme de sándwiches y completos en la entrada de su casa, la cual consiste en un camión de comida que

depende de la electricidad de la vivienda, además de contar con un generador de emergencia. Con respecto a los cortes de luz, Nené comenta:

“A nosotros no nos ha ido tan bien con el negocio el último tiempo porque la gente está sin lucas, andamos justos con la plata, entonces nos da rabia que esto pase, porque, mira, si no fuera por el generador, el negocio se quedaría sin luz para el mini refri que tiene y las planchas, quedaría parado, ¿y quién responde? Nadie. Y nosotros aun así juntamos lo que tenemos, logramos llegar a fin de mes con la plata para pagar la cuenta, para que no nos corten la luz, pero al final igual nos pasa y ni siquiera nos descuentan, todo porque nadie se hace cargo del montón de cables que hay ahí, si yo no sé de dónde salen tantos” (Nené, 67 años).

Un segundo motivo es que estos episodios interrumpen sus rutinas diarias y, al ser personas que están gran parte del día en sus casas, esto se vuelve notorio. Por ejemplo, Chana, Brad, Tacher, Nano, Irene y Rosa dicen que para ellos es muy importante la radio, que siempre la están escuchando y que sólo acceden a ella mediante el dispositivo tradicional diseñado para eso -es decir, la radio en sí misma, no alternativas como el teléfono-, pero dado que hoy la mayoría se conecta a la corriente, ya no tienen alternativas a pilas que funcionen cuando la luz se corta. Ante esto, una de las medidas tomadas por Chana fue comprar unas lámparas de emergencia que incluyen radio, las cuales se cargan y pueden ser utilizadas en caso de cortes de luz.

Otras de las actividades comúnmente interrumpidas son tejer y leer de noche, así como la oportunidad de ver televisión y ocupar computadores, sin embargo, estas dos últimas son menos frecuentes y no se declara gran malestar por su ausencia. La excepción a esto es Ros, quien cuenta que actualmente su marido está en tratamiento por cáncer y que no cuenta con la energía para moverse ni hacer muchas cosas, por lo que cuando no hay televisión, ella no encuentra una alternativa para mantenerlo distraído y se preocupa.

“Lo que más sufro (cuando se corta la luz) es la tele, en serio, por lo que te decía de que es lo que tengo para que mi marido se distraiga, porque tampoco podría ponerle la radio si no hay luz y yo no sé poner música en el teléfono, así que no se me ocurre qué más puede ser (...). No, sí, me complica, me complica hartito, la paso mal con eso” (Ros, 66 años).

Por último, también surge malestar cuando estos cortes ocurren durante el uso de algún artefacto eléctrico de cocina, particularmente los hornos, motivo por el cual los hogares que se dedican a la venta de alimentos adquirieron hornos a gas, además de un pequeño generador en el caso del camión de comida.

Un tercer motivo por el que estos cortes son problemáticos es la salud. Hasta hace unos meses, Rosa estaba al cuidado de su suegra, quien se encontraba postrada en una cama anti escaras y con una máquina de oxígeno auxiliar. Ambos dispositivos son dependientes de electricidad, motivo por el cual estos episodios resultaron angustiantes para Rosa, en tanto no estaba inscrita en el registro de electrodependientes y, si bien su suegra aún conservaba la capacidad de respirar autónomamente, le preocupaba que alguna vez llegara a necesitar la máquina auxiliar.

“(Los cortes de luz) me daban miedo, porque si la abueli se descompensaba de la nada y necesitaba oxígeno jodía, no tenía qué hacer. Lo bueno es que no era permanente, pero igual uno nunca sabe lo que pueda pasar” (Rosa, 68 años).

Por otro lado, Chavita también se ha visto afectada por estos cortes dada una condición de salud, y es que sus lentes para ver desde lejos se rompieron y esto limita mucho su visión.

“Una vez me pasó en la tarde, tiradito pa’ la noche, no sé si explotó un generador, algo pasó, pero se cortó la luz y yo ya estaba sin mis lentes. Ay, me sufrieron los ojitos, yo intentaba ver para moverme por la casa cuando ya

era noche, yo estaba sola esa vez, y no veía nada, totalmente ciega. Yo me baño de noche y esa vez me dio... porque podía caerme por no ver. Me encerré en la pieza no más porque tampoco iba a prender velas, muy peligroso, ya estaba chocando con todo en la casa” (Chavita, 83 años).

En cuarto lugar, otro de los aspectos asociados al control del entorno es la temperatura. Todos los hogares entrevistados declaran pasar frío y/o calor en sus viviendas en invierno y verano, respectivamente. Un problema transversal es la falta de acondicionamiento térmico, en tanto la gran mayoría de estas viviendas fueron construidas previo al 2000, o autoconstruidas posteriormente con materiales precarios, y no todos cuentan con los recursos para invertir en mejoras de infraestructura; sin embargo, algunos no lo consideran necesario.

“Acá no hay (aislación), ni en los muros, ni techo... hay harto de adobe todavía ahí, pura tabla allá... pero no lo hallo necesario, (el frío) no es más de lo normal y no nos complica prender la estufa, ¿sí o no? Mientras podamos hacerlo, pagarlo, lo vamos a hacer, si es para los nietos y para estar bien uno, uno no tiene que apretarse con eso” (Juan, 75 años).

En algunos de estos hogares también existe desconocimiento sobre qué medidas (que no sean de reconstrucción) pueden tomar, como poner sellos en las ventanas, usar burletes bajo las puertas, entre otros. Dadas estas limitaciones, las personas optan por movilizarse dentro de la casa según la distribución de la temperatura, optando generalmente por la cocina como lugar común o el dormitorio, particularmente en invierno, temporada en la cual suelen acostarse más temprano y levantarse más tarde, sumando en ocasiones un calentacamas, para mantener el calor sin tener una estufa encendida.

Algunas personas han podido intervenir en la infraestructura de su vivienda: Ros, por una parte, está haciendo mejoras de infraestructura y aislamiento térmico, para lo cual recurrió a un préstamo con sus hijos. Por su parte, Nano e Irene realizaron una remodelación contemplando el acondicionamiento térmico, pero esta fue

costeada con ahorros, y además Nano se encargó de la normalización eléctrica directamente (es ingeniero eléctrico), por lo cual su intervención no implicó una especie de endeudamiento.

“Ahí se ve que estamos con los arreglos, ha sido medio lento y súper acogotante en términos de plata, porque le pedí plata a mis hijos y no me gusta deberles, así que igual estoy ahí dándole con eso, dios quiera que avance bien no más” (Ros, 66 años).

“El maestro, él iba a ver también al principio... para la luz, pero me subí al techo a mirar y estaba la *tendala'*, todo mal [ríe junto a Irene]. Así que al final lo hice yo no más, le dijimos al maestro que viera la casa no más (...) Como te digo, nosotros somos ordenados, así que juntamos la platita para pagarlo, no nos encalillamos” (Nano, 78 años).

Por otro lado, la presencia de determinadas condiciones de salud exige tomar medidas específicas para acondicionar el entorno. En general, los hogares donde hay personas con dolores reumáticos presentan una mayor tendencia a asegurar la calefacción permanente en invierno. Por el contrario, hay casos como el de Daniela, a quien le complican las estufas ya que le da miedo enfermarse con el cambio de temperatura al salir de una casa climatizada, además de sufrir bochornos acompañados por aumentos repentinos de la temperatura de sus piernas.

Sobre la estufa comenta:

“Siempre fui así, poco amiga de las estufas, y empecé a darme cuenta de que era preferible abrigarme más a tener estufa, porque no me resfrío nunca. Y por eso yo prefiero estar más abrigadita, movilizarme, más que tener estufa, porque en cualquier minuto salgo al patio, el cambio de temperatura, *pa'*” (Daniela, 63 años).

Y con respecto a sus bochornos:

“No tengo mucho apego al calor porque tengo bochorno, muy continuo y muy intenso, entonces para mí la estufa yo la veo y me ahogo, (...) de hecho, tampoco le pongo tres frazadas a mi cama por el problema de mis piernas, siempre están hirviendo, de repente es tanto que necesito levantarme al baño y friccionarlas con agua fría. (...) Ahora con el tema del polar, tú te pones una chaqueta de polar sobre la camisa de dormir y chao frío, porque el polar es increíblemente abrigador, yo creo que es más que superior a cualquier tela, cualquier cosa” (Daniela, 63 años).

En el caso de Chavita, ella también prefiere limitar el uso de estufas ya que afectan su rosácea, sin embargo, también señala que su hija sufre de dolores de cabeza cuando la temperatura es muy baja, por lo que opta por priorizar su bienestar si ella necesita climatizar el espacio.

“Ahí yo me voy para la pieza no más y veo mi tele, o si no, me cambio de asiento y me quedo lejos de la estufa, así no me afecta tanto la carita” (Chavita, 83 años).

Por su parte, Chana también requiere un uso especial de los sistemas de calefacción en su casa, pero también de los ventiladores. Sobre la calefacción dice:

“La estufa en el baño sí, yo la prendo y la mantengo un buen rato porque yo tengo psoriasis, entonces me tengo que echar cremas y tengo que esperar que la crema se absorba y después echarme la otra crema encima, entonces para... entonces en el invierno con la crema te da frío, entonces para que no me de frío, yo (pongo la estufa)” (Chana, 75 años).

Y sobre los ventiladores comenta:

“Calor paso, pero por un problema que los ventiladores me hacen mal para mi vista, tengo que ponerlos alejados porque a mí se me desprendió el vitreo, que

es la protección del ojo, entonces no me pueden llegar las cosas directas, ni el sol, ni el aire del ventilador, que es fuerte” (Chana, 75 años).

Autonomía

La autonomía contempla la independencia, la autorregulación, la autodeterminación y la autoevaluación en base a criterios propios y no impuestos desde el exterior.

En primer lugar, uno de los factores asociados a la autonomía tiene relación con la toma de decisiones de manera independiente. Esto ocurre en casos como el de Brad, que vive con su pareja; Rosa, quien vive sola; y Daniela, quien es cuidadora de su marido.

En el caso de Brad, es una opción personal el tomar decisiones de forma independiente y no consultar con el resto. Esto genera malestar en su entorno:

“En general sí, soy yo el que decide, no se me da mucho el preguntarle al resto, ve tú a saber por qué. A veces la Carito me avisa que hay algo roto, me pregunta si lo bota y yo le digo que lo deje, voy yo y lo reviso y decido si se bota o no. Una vez pasamos como un año con un hervidor ahí, malo, la Carito me dijo, pero no la dejé botarlo porque lo quería revisar primero [ríe]. Igual a veces me da buenos consejos, ¿te acuerdas de esa vez, lo del calefón? Es que hace un tiempo dejó de funcionar el calefón, ella dijo al tiro que podían ser las pilas, pero yo, porfiado, ni siquiera probé si era eso, no la pesqué, gasté en el técnico y quedé como..., no sé, metí la pata. Ella se enoja sí, pero tampoco saca mucho, si al final el que paga soy yo [ríe]” (Brad, 86 años).

En el caso de Rosa, se debe a que vive sola, pero cuenta que durante muchos años fue dependiente de que otra persona decidiera por ella, lo que ahora la ha obligado a aprender cómo tomar decisiones.

“Él se pagaba y me dejaba la plata ahí, decía "ya, ahí está la plata pa' destinarla pa' esto, pa' esto, pa' esto otro", todo bien claro. Pero no, igual yo

era muy dependiente de mi marido, dependiente en todo sentido, (...) entonces cuando él se fue, muchas cosas para mí eran como que me estaban hablando en idioma chino, las cosas de la casa y de afuera, qué comprar para la cocina, no, no sabía” (Rosa, 68 años).

Por último, Daniela no puede decidir con su pareja por su enfermedad, lo cual en ocasiones le afecta emocionalmente.

“Cuando empezó a estabilizarse después del ataque yo le preguntaba cosas, lo hacía elegir. Fue bien doloroso al principio porque me di cuenta de que quedé sola, él está acá, pero todo depende de mí. Es raro hacer las cosas así, sobre todo cuando en el día a día lo veo y hace de todo, como si no pasara nada, pero en su cabeza es todo distinto, es súper extraño, pero es lo que nos tocó no más” (Daniela, 63 años).

El caso de Tacher tiene una lógica contraria a los tres anteriores: aunque vive sola, ella recibe a familiares que la ayudan con las tareas del hogar, quienes participan en decisiones en torno a estas mismas. Se genera así una dinámica de colaboración, donde Tacher conserva su independencia en algunas cosas, pero depende de ayuda para otras.

“Ellos llegan como a las diez de la mañana y se van como a las cuatro, una vez que me dejan todo el aseo hecho, el almuerzo hecho... Porque yo al otro día caliente, me dejan almuerzo pa'l otro día y yo caliente no más” (Tacher, 75 años).

Por otro lado, hay casos donde las decisiones se toman en conjunto, pero el control sobre el dinero puede limitar la capacidad del/la otro/a para poner en práctica sus actividades. Por ejemplo, Chana relata que en su hogar es ella quién propone las decisiones a tomar y que, aunque las presenta a su marido para dialogar y negociar, no como órdenes, generalmente él “acata y paga”. Comenta lo siguiente en el contexto de alzas en el precio del gas:

“Lo del gas fue complicado porque yo tengo todo a gas, la cocina, el calefón y estufas, entonces sale pesado. Ahí hay que ver cómo lo hacemos para que alcance bien la plata en el mes, con mi marido... mi marido paga, yo estoy pendiente cuando se acaba para llamar al gas, ahí le digo cuánto sale y él me pasa la plata, ni siquiera lo deja instalado, pero lo paga sin quejarse ni nada. Yo tengo más o menos claro cuánto me dura cada tarro, así que saco la cuenta y cuando se está por acabar averiguo los precios y le digo a mi marido que me pase al tiro plata para tenerla lista, porque eso es lo otro, a veces se acaba y yo estoy sola, entonces no tengo cómo pagarlo y ahí quedo sin gas” (Chana, 75 años).

Por otro lado, cuando la toma de decisiones intenta ser colectiva, pero se da en dinámicas conflictivas, algunas personas pueden intentar ajustarse a las presiones del entorno, adquiriendo los discursos del resto y tomándolos como propios, afectando su autodeterminación.

“A veces igual me echan tanto la culpa que prefiero no hacer cosas, porque si pasa algo yo misma voy a creer que tengo la culpa, entonces cuando hay que elegir cosas, no sé... Siempre las decisiones son entre todos sí, por ejemplo, para las planchas del negocio averiguamos todos para ver qué era mejor, cuál gastaba menos, porque van a estar enchufadas mucho rato... pero ya, imagínate me hacen caso a mí, ¿y si me equivoqué? Uf, pelea segura” (Nené, 67 años).

Finalmente, otro aspecto es la falta de conocimientos. Roberta, por ejemplo, dice que, a pesar de no saber leer, ha aprendido sola a usar la gran mayoría de los electrodomésticos en su casa. Sin embargo, cuando se trata de cosas que no tienen un apoyo visual, debe recurrir al resto, lo cual implica esperar a que alguna de sus hijas esté en la casa y que tenga tiempo para revisar las cosas con ella.

“Yo siempre, siempre intento hacer las cosas, o sea, aprender a usarlas sola, las cosas de la cocina, y lo hago bien, me siento orgullosa siempre. Por

ejemplo, la máquina que me compré, nadie más sabe usarla, aprendí sola porque reviso los manuales y con las imágenes aprendo. Eso sí le tengo que pedir ayuda a mis hijas cuando no hay imágenes, ahí sí, porque necesito que me lo lean, pero si no, igual aprendería sola, la cosa es que tengan tiempo” (Roberta, 64 años).

Relaciones positivas con otros

El vínculo con otras personas, el tener relaciones de calidad, preocuparse por el resto y recibir esa preocupación de vuelta es otro de los aspectos relevantes del bienestar psicológico.

Uno de los elementos vinculados al impacto de la pobreza energética sobre las relaciones se vincula con las labores domésticas ejercidas por mujeres, enfocadas en el bienestar del otro. Por un lado, hay casos de Ros y Tacher, quienes viven solas, pero a pesar de lo anterior, la primera también se preocupa de ayudar a sus padres con las tareas domésticas ocasionalmente, mientras que en el caso de Tacher, ella tiene familiares que se preocupan de ir a ayudarla a su casa. En el caso de los hogares donde viven más personas, suele existir una tendencia a construir relaciones con baja reciprocidad, donde ellas deben hacerse cargo de la gran mayoría de las tareas domésticas (no sólo asociadas a la energía), sumadas a las labores de cuidado, que en su conjunto se traducen en una mayor carga, exposición a accidentes con electrodomésticos y presiones de su entorno al ser responsabilizadas de los problemas con la energía en el hogar.

Existe una naturalización de la idea de que las tareas del hogar no son responsabilidad de todas las personas que lo integran, sino que son más bien tarea de las mujeres.

“Lo mío es el ocio, como gran cosa a veces salgo al patio y riego, pero como te digo, de las 8 horas diurnas, yo estoy 6 en el computador, porque no tengo

nada que hacer. La Carito se encarga de todo, de las cosas de dueña de casa” (Brad, 86 años).

“Roberta hace las cosas, yo no sé, no sé prender la estufa, esas cosas las ve ella. Sé usar algunas cosas, pero no lo hago bien, con suerte aprendí a usar la tele ahora, así que en eso me entretengo. Igual intento ayudar, tampoco puedo poner mucha plata porque mi jubilación es poca, así que por eso quiero trabajar, empezar a vender algo y ayudar así mejor” (Juan, 75 años).

“Yo hago las cosas de la casa, así lo hicimos siempre, porque antes él salía a trabajar y era el que pagaba las cosas. Ahora que estamos con la jubilación pagamos entre los dos, hacemos un pozo común, pero no, las cosas, así como cocinar, limpiar, las hago yo. Lo que hace él es poner el gas, para eso sí le pido ayuda, porque fuerza no tengo” (Irene, 72 años).

En el marco de esta naturalización, una de las entrevistadas también considera que estar “desocupada” puede ser una amenaza para su bienestar, por lo que se recurre a otras opciones donde pueda mantener este tipo de actividades.

“Cuando se fueron mis hijas me asusté, pensé que me iba a deprimir porque a eso me dedico yo, a cuidar la casa, a cuidarlas a ellas, así que ahí empecé a ayudar a mi hermana en su casa y a mis papás, para mantenerme ocupada” (Chana, 75 años).

Pero a pesar de lo anterior, también existe una postura crítica y un malestar en torno a la inacción de las demás personas de su hogar.

“No, mi compañero no ayuda nada, no atina. Yo llego a veces de la casa de mis papás, porque los voy a ayudar a ellos, y la estufa está apagada, y él es friolento po’, pero le pregunto y me responde “ah, es que no quedaba parafina” y yo le digo que por qué no fue a comprar, y ahí mueve los hombros no más. Yo no le digo nada más, pero me da rabia. Salgo no más a comprar y lo

aguanto, pero a veces estoy muy cabreada. Ahora por lo menos saca la basura, algo es algo” (Chana, 75 años).

Dentro de las distintas consecuencias que trae la sobrecarga de tareas, Daniela señala que ha quedado tan cansada entre su trabajo, la casa y su marido, que se ha accidentado un par de veces usando un electrodoméstico.

“No sé por qué, pero las dos veces fue el mismo error. La primera, como te contaba, iba a llevar una pasta de pollo a la escuela, entonces metí en la minipimer el pollo con mayonesa [imita sonido de minipimer], entonces la saque porque había terminado, corrí la pasta para allá, pongo la máquina aquí para desconectarla y veo que le queda como una cosa, y esa cosa idiota, le metí el dedo y no me acordé que no lo desenchufé, y tenía esta otra mano sujetando el mango, y toqué el interruptor. Me agarró el dedo, "¡aaah, la corriente!" dije yo, "me dio la corriente". Grité, saltó el... tiré lejos la cuestión. (...) La segunda vez fue como lo mismo, (...) las dos veces estaba súper cansada sí, Alberto me estuvo dando harta pega ese tiempo, andaba más perdido” (Daniela, 63 años).

A su vez, ser la principal encargada de muchos de los artefactos y sus rutinas de uso diario puede propiciar que, ante un problema, se les responsabilice. En el caso de Nené, ha ocurrido que ella o alguien desde el negocio conecta algún electrodoméstico y se produce un corte, pero independiente de quién sea el/la responsable final, dice que siempre la culpan a ella.

“No, y olvídate si yo pongo el hervidor o allá afuera enchufan algo, fijo se corta la luz, si allá hay hartas cosas igual, pero siempre me echan la culpa a mí. “No, es que tú sabís que estamos trabajando”, da lo mismo que yo haya puesto la lavadora antes de que ellos enchufaran algo allá, “tú sabís que estamos trabajando, tú deberías dejar tus cosas pa’ la noche”. No, si así es, y yo me pico igual po’ y generalmente terminamos peleando con mi hijo. Si yo sé que a veces la embarro, pero no es siempre mi culpa, y más encima no es como si

a mí no me afectara, yo podría reclamarle a él por haber conectado algo, pero hasta mi marido le encuentra la razón. Me da harta rabia, de verdad, lo hallo injusto” (Nené, 67 años).

Además de la distribución de tareas, también existen dinámicas particulares vinculadas a la toma de decisiones. En algunos casos, como el de Brad, las decisiones y la responsabilidad de costearlas las concentra él, aun cuando reconoce haber “metido la pata” y que su pareja le había advertido con anticipación. También están los casos de Daniela y Ros quienes, dada la condición de sus maridos, concentran también la responsabilidad de tomar las decisiones y costearlas, pero sólo la segunda tiene la posibilidad de conversarlas con su pareja. En el caso de Rosa y Tacher, quienes viven solas, definen las cosas por su cuenta, pero Tacher tiene la oportunidad de conversar con los familiares que van a ayudarla.

En el caso de los demás, se menciona que en general las decisiones se toman en conjunto, aun cuando uno pueda tomar el liderazgo más frecuentemente. Esto es particularmente notorio en el caso de Roberta, cuyo hogar está compuesto por ocho adultos que no tienen tiempo para tomar todas las decisiones colectivamente, por lo que habitualmente las toma ella, las comenta con el resto, contrasta opiniones y luego ejecuta, participando todos en el pago en caso de que sea necesario costear algo; sin embargo, también decide sola cuestiones más cotidianas como encargar gas cuando se acaba o comprar un electrodoméstico para ella. Vale mencionar que, si bien realizan este ejercicio, los distintos hogares que toman decisiones en conjunto han declarado la existencia de al menos una discusión, alguna vez, sobre temas vinculados a la energía, entrando en conflicto por el cómo se usa la energía (como el caso de Nené mencionado previamente), qué cosas se compran, cuándo, dónde, en qué lugar se ubican, etc. Esto genera roces que en algunos casos hacen que las personas se resignen a asumir las decisiones del resto sin participar.

“Yo ahora no digo nada, es como si siempre tomaran las decisiones solos, a veces digo algo que hay que comprar, me dicen al tiro que no es necesario y

yo les digo, no sé, “mira el hervidor, está malo” y me dicen que no, que no es importante, y me retan como si fuera cabra chica. Entre ellos igual pelean hartos, sobre todo cuando uno llama para comprar el gas y el otro piensa que aún queda un conchito que se pueda usar. Ahí no me meto, ya no intento cambiarlos” (Chavita, 83 años).

Por otro lado, fuera del ámbito de la toma de decisiones, las relaciones en contexto de pobreza energética también configuran ciertos patrones de comportamiento colectivo. Por ejemplo, Chana, Nené, Daniela, Roberta, Juan, Nano, Irene y Chavita indican que en invierno la cocina es uno de los puntos de encuentro frecuente. Si bien en algunos casos la motivación puede ser sólo buscar el calor y no compañía, esto igual propicia una instancia donde se comparte, ya sea entre integrantes del hogar como con visitas que puedan estar en casa.

“A mí me encanta cuando viene gente, porque mi marido con mi hijo están todo el día afuera, así que, aunque están acá en la puerta prácticamente, yo igual paso sola, y cuando viene gente a mí me encanta. El único problema es que como te contaba antes, la casa es heladísima, heladísima, yo en general... acá casi no se ocupa toda la casa, entonces lo que hago en invierno es acercar esa mesita de allá a la cocina, entonces nos quedamos ahí conversando mientras yo caliento agüita, tecito, o mientras se prepara la comida no más, porque así sale calor. Además, la cocina es chica, así que se calienta rápido y con gente adentro se concentra más yo creo, como en la micro” (Nené, 67 años).

“Yo la verdad no le pego a la cocina, ayudo en lo que puedo, como rellenando las humitas, pero aunque no haga nada, en invierno igual me meto a la cocina, porque está más calentita. O cuando hace frío, pero no hay lluvia, si vemos que además queda poco gas, hacemos un fueguito en el patio para cocinar y ahí llegan todos los pollos chicos y mis hijos a calentarse. Me gusta hartos

porque así compartimos todos, pasan encerrados en las piezas estos” (Juan, 75 años).

Por otro lado, también hay dinámicas que responden a necesidades específicas de salud de integrantes del hogar. Daniela y Chavita comentan que tienen problemas cuando las estufas están encendidas por mucho tiempo. Por un lado, Daniela tiene problemas de circulación en sus piernas, sufre de bochornos y le preocupa exponerse a cambios de temperatura bruscos, por lo que las evita, mientras que Chavita sufre de rosácea, la cual reacciona más intensamente cuando está cerca de estufas. Como alternativa a este sistema, estos hogares -más familiares que puedan estar de visita- en ocasiones optan por reunirse en una sola habitación y, de ser posible, sentarse muy juntos en algún sillón para aprovechar el “calor humano”. Esto también propicia una dinámica de convivencia que describen como provechosa.

“Yo me mato de la risa, mis nietas entran todas apretujadas entremedio de todos los adultos y se matan de la risa también, yo creo que es el único momento donde compartimos de verdad una misma actividad entre todos los adultos y las niñas” (Daniela, 63 años).

“Mi hija y mi nieta me entienden con eso, así que cuando viene gente y la casa está helada, mejor hacer que todos estén siempre en el living que es más chico, no en el comedor, y así como que se calienta con el calor de la misma gente y no hay que poner la estufa. A mí me gusta eso porque a veces hay visitas con las que una ni habla cuando está en un espacio muy grande” (Chavita, 83 años).

Otro fenómeno que ocurre en las relaciones es la dinámica de transmisión de conocimiento. Esto lo destaca principalmente Chana, en tanto ella ha aprendido soluciones desde experiencias de infancia con su familia y las ha transmitido a sus hijas, como el recurrir a calentar agua en ollas cuando no se pueda sacar de la llave por problemas con el sistema de agua caliente. También recurre a experiencias

complejas como accidentes que ha tenido con electrodomésticos, para advertir al resto e indicarles que tengan cuidado.

“En la playa un día alguien lleva un horno. Un horno eléctrico, no, un microondas. Y las cabritas se pueden hacer, pero no se pueden incendiar... Se incendiaron po'. Sí, y mi sobrina gritaba y saltaba y saltaba, y yo le dije "tira el cable". Desenchufar po'. Y después lo iba a revisar, me decía. "No", dije, "¿estás loca? Esta cuestión no sirve, a la basura". Desde ahí cada vez que algo suena medio raro le digo a mis hijas que al tiro dejen de usarlo, no, muy peligroso” (Chana, 75 años).

Chavita también declara estar marcada por la transmisión de conocimiento, particularmente vinculado a la cocina, en tanto su madre les enseñó desde pequeñas a ella y sus hermanas a utilizar distintos tipos de cocinas en la medida que se actualizaban, y eso le ha dado la confianza para también enseñarle a su hija y su nieta.

“Desde chica partí yo, con mis hermanas, mi mamá nos enseñó con una... teníamos una grande a leña, una vez la prendimos con parafina, nos asustamos tanto. Después, cuando se compró otra, nos volvió a enseñar, y así. Después acordándome de cómo ella me enseñó le enseñé a mi hija y a mi nieta (...). Sí, fijate, yo creo que esas cosas nos acercaban cuando mi hija estaba chica, igual ahora, compartimos la cocina súper bien, a lo mejor es por eso” (Chavita, 83 años).

Finalmente, también existe una dinámica particular al relacionarse con los animales del hogar, y es que algunas personas también toman decisiones en torno al uso de sus artefactos en función de las necesidades que identifican en sus mascotas. En este caso, por ejemplo, la estufa es algo que puede utilizarse aun cuando la persona no tenga frío, ya que basta con que considere que su mascota sí la necesita.

“(A veces estoy) 15 días fuera cuidando a mis papás... claro que yo le dejo la tele, la radio prendida a la gata cuando me voy, para que no me eche de menos, está todo el día y noche la radio prendida (...). Sí, igual con el calefactor, aunque no tenga frío yo, yo igual se lo pongo, es como con los cabros chicos que no le dicen a uno que tienen frío, pero uno los abriga igual. Gastaré un poco más, no sé, a lo mejor siempre gasto poco, pero como sea igual lo hago, no importa un poco más, no la voy a dejar pasando frío” (Rosa, 68 años).

“La gata siempre está acá, le gusta más que las piezas, no sé por qué, pero a veces yo la veo y ella me mira y me maúlla y yo sé que tiene frío, mi marido se ríe, pero yo sé que me está diciendo que tiene frío, así que voy y le pongo la estufa, total ella va a ponerse cerquita y le va a servir, da lo mismo que no caliente todo” (Nené, 67 años).

“Sí, con los perros sí lo hacemos. Acuérdate po’ [le habla a su esposo], si el invierno pasado tú mismo me decías que les dejara la estufa prendida un ratito más para que se calentaran. Es que se quedan dormidos y se ven tan ricos durmiendo, da pena apagarles la estufa, porque uno ya está bien, pero no tiene cómo saber si ellos están bien, si no usan ropa ni nada, igual hay que cuidarlos” (Roberta, 64 años).

Crecimiento personal

El crecimiento personal refiere al sentimiento de desarrollo constante, la percepción de crecimiento, la apertura a nuevas experiencias e identificar mejoras en la propia persona a lo largo del tiempo.

Uno de los temas que resaltan en este ámbito es el uso de nuevas tecnologías. A grandes rasgos, en muchos de los casos consideran que, por su edad, es difícil que logren aprender a usar televisores inteligentes, celulares, computadores, etc., pero también señalan que, si alguien tuviera tiempo para explicarles, quizás podrían

comprenderlas bien. El problema es que no es algo que ocurra con frecuencia y en ocasiones el trato es negativo cuando no comprenden.

“Yo no sé nada del teléfono, si el otro día no más se me quedó pegado, no podía llamar ni hacer nada (...), parece que yo había llamado sin querer a mi marido y había dejado los dos teléfonos enganchados, no se podía llamar a otra persona, no entiendo bien qué pasó. Vino mi hija y me lo arregló, pero cuando le pedí que me explicara, yo no entendía, se le fue rápido la paciencia y después se fue no más. La entiendo en todo caso, porque se pegó el pique de Vitacura para acá por eso no más y parece que era una tontera” (Nené, 67 años).

“No, es que conmigo se alteran. Me cuesta, me cuesta, y como no sé leer, menos lo entiendo. Quieren que use WhatsApp para hablarme cuando andan afuera, “¿pero pa’ qué?” les digo yo, pero la verdad es que sí me gustaría saber, hacer eso de los audios que dicen, pero me pierdo, y cuando me intentan enseñar se desesperan, porque pregunto varias veces y a veces se aburren y me dejan sola, y me da pena que no me tengan paciencia. Ya después les digo “ya, ya, si ahora entendí”, pero para no molestar no más” (Roberta, 64 años).

Por otro lado, existen casos donde ha ocurrido lo contrario: la persona no tenía deseos de aprender, pero luego de la insistencia de su entorno termina haciéndolo. Este es el caso de Tacher, quien gracias a eso ahora se mantiene en contacto más frecuente con su familia.

“Yo con ese teléfono no quería nada. Si yo decía "no voy a aprender nada", por favor. Déjenme en el pasado no más, por favor. Déjenme con mi telefonito básico que yo tengo, (...) ese no más, no quiero otro. "No, si te va a ser fácil, te vas a acostumbrar, vas a poder mandar WhatsApp". Y al final tanto... mi hermano se enojaba porque yo no lo hacía. Ya, hasta que al final, le hice caso. Ahora ya lo tengo, y como te digo, he aprendido: tengo varios contactos para

el WhatsApp, pero yo con audio solamente. Yo se los dije a ellos: a mí no me exijan que yo escriba. Porque, no te digo que a lo mejor pueda aprender, pero en este momento es audio solamente. Claro, me dijeron que está bien, que así, mira qué bueno, están todos contentos porque ahora lo tengo” (Tacher, 75 años).

En uno de los casos también se señala que cuestiones de salud podrían perjudicar el proceso de aproximación. Este es el caso de Chavita, quien dice que, si bien le gustaría aprender a utilizar su celular y la televisión nueva que compró su hija, cree que los dolores reumáticos en sus manos no la dejarían usar el control remoto y que, además, mientras no tenga de nuevo lentes para ver de lejos, sus ojos “no le sirven”. De todos modos, dice sentirse “realizada” cuando aprende cosas nuevas, por lo que quiere y cree que puede aprender más una vez que tenga sus lentes nuevos.

Por otro lado, al igual que con la autoaceptación, acá también se observan sentimientos de malestar, esta vez ante las dificultades para aprender, ya que algunos/as consideran que se trata de un estancamiento de sus habilidades cognitivas por la edad. Sin embargo, al mismo tiempo se reconocen aprendizajes autónomos que generan orgullo y la idea de que tienen potencial para llegar más allá. Ros en particular también presenta una motivación adicional, y es que como cuidadora de su marido quiere aprender a ponerle películas para que se divierta, ya que él no puede moverse con facilidad:

“Sé usar casi todas las cosas acá, en la cocina el único que me cuesta es el microondas, que todavía no sé descongelar. Mi hija me regaló una máquina de coser nueva y no hay caso con que logre enhebrar la aguja, ella me enseña y ya a la tercera vez ya se me olvidó. Olvídate el teléfono, con suerte sé llamar, a veces me dicen que me mandaron fotos por WhatsApp, que las vea, y yo no sé po’. Qué más... ah, la tele po’, acá mis hijos me enseñaron un poco sobre la tele, ahora ya sé más o menos cómo poner videos, lo tengo anotado. Es que

cuando ellos vienen yo les pido que me dejen una película puesta, pero ahora quiero aprender bien yo para ponerle a mi marido, porque está en su tratamiento y no se puede mover mucho, así no se me aburre” (Ros, 66 años).

Por otro lado, en el caso de los/as entrevistados/as con estudios universitarios (Nano y Daniela) no se evidencia una percepción de potencial crecimiento personal por aprender a usar tecnologías modernas, aun cuando pueda ser satisfactorio, dado que ya saben utilizarlas de manera fluida. Tampoco manifiestan particular interés en aprender a usarlas en mayor profundidad, salvo por ciertas tareas específicas (como el uso de Zoom para Daniela) y consideran que tienen las herramientas necesarias para aprender más por su cuenta si lo necesitan. En estos casos no se observa la naturalización de la idea de que en la vejez el desarrollo y la capacidad para aprender se detiene, como sí ocurre en los discursos del tipo “no me da la cabeza” (Juan, 75 años) o “con los años trato de aprender más, pero no le achunto nunca” (Ros, 66 años).

Otro aspecto vinculado al crecimiento personal son las conductas proambientales, particularmente cuando son realizadas con dicho objetivo y no sólo por el ahorro. Estas generan un sentimiento de satisfacción y la idea de estar haciendo un bien a la comunidad. Nené, por ejemplo, dice:

“Yo ahora uso gas o parafina no más, antes usaba leña porque tengo esa [apunta una estufa a leña], pero de hace años que no la ocupo (...). No, si con esto del smog ya no se puede y lo mínimo que puedo hacer es no contaminar yo, gracias a dios yo... mira, es que pudiendo, yo puedo poner otra estufa, paso hartoo frío sí, pero para eso me abrigo mejor, prefiero ayudar en lo que pueda porque son mis nietos los que van a vivir toda su vida con ese humo. No, no, yo me siento mucho mejor y en paz porque dejé de contaminar y eso ayuda a todo el mundo” (Nené, 67 años).

Por su parte, el sacrificio de necesidades personales también es descrito como una vía para el crecimiento personal en base a principios religiosos, lo que puede llegar

a situaciones en las que se arriesga el propio bienestar. En ese sentido, Rosa, quien hasta hace poco cuidaba a su suegra en su hogar, comenta:

“Estaba cocinando y vi que se iba a apagar la estufa de la abueli, porque como que suena *puf, puf, puf*, algo así, y yo no iba a dejar que la abueli se enfriara, así que saqué el gas de la cocina no más y se lo puse a ella. Ahí llamé al gas, pero pucha que se demoraron, al final me ganó el hambre y me comí el pedazo de carne como quedó. Mi niña, estaba casi crudo, así que ahí le pedí a diosito que no dejara que me cayera mal no más, total lo hice porque es deber de uno proteger al prójimo, ser mejor persona, para eso vinimos” (Rosa, 68 años).

Propósito en la vida

El propósito en la vida refiere a la existencia de metas, dirección, un propósito y objetivos por los cuales vivir. En ese contexto, la pobreza energética, más que afectar el propósito en sí, interactúa con algunos de los medios o prácticas asociadas a conseguir dicha meta.

En el caso de las mujeres, uno de los propósitos más frecuentes tiene que ver con resguardar el bienestar de su familia. Roberta, por ejemplo, señala explícitamente que su objetivo en este momento de su vida es cuidar a sus nietos, y que para eso trabaja preparando comidas para vender, ya que, si bien el resto de su familia también trabaja, ella quiere asegurar la estabilidad económica del hogar con lo que tenga a su alcance.

“A esta altura no es como que tenga muchas opciones, si tengo que ser útil para algo mi objetivo va a ser que mis nietos estén bien, estén sanos, felices, que ojalá no les falte nada. Para eso cocino, pensando en ellos junté la platita para comprarme el horno y la máquina para moler, si una quiere hacer algo se las tiene que arreglar” (Roberta, 64 años).

Por su parte, Chana también señala que se siente responsable de cuidar a su nieto, lo que se traduce en recibirlo en su casa y asegurar que tenga sus comidas.

“[Habla de su hija] si tenía que prepararle desayuno al niño, le compraba una caja de leche y se la pasaba y le decía “ya, tómatela”. Yo sé que ella trabaja hartito, nunca tiene tiempo, pero ahora tiene un pololo nuevo, sí, y para él sí tiene tiempo, ahí salen y lo pasan bien, desayunan juntos en su casa y todo, y mi nieto ahí tirado, me lo manda para acá porque supuestamente ella no puede hacerle ni el desayuno. Yo amo a mi hija, pero sé que no se hace cargo de mi nieto y yo sé que no está bien que lo cuide así, que es el trabajo de ella, que la estoy malcriando, pero al final el que sufre es él no más, yo no puedo hacerme la lesa si puedo estar para él, yo siempre voy a estar para él” (Chana, 75 años).

Por otro lado, Chavita dice que, si bien cree tener buenas condiciones, su hija (con quien vive) merece algo mejor, ya que se sacrifica mucho trabajando, por lo que uno de sus propósitos es facilitarle las cosas en lo que sea posible.

“Mi hija se sacrifica tanto. Yo lo tengo todo y estoy tranquila, y no creo necesitar nada más, pero yo creo que mi hija igual merece más, mi yerno ni la ayuda, no trabaja, nada, entonces yo no me puedo quedar el resto de la vida descansando porque soy vieja, si mientras yo tenga las manos buenas... bueno, tampoco las tengo tan buenas, pero mientras me funcionen, yo siempre voy a hacer todo lo que pueda para que mi hija esté mejor” (Chavita, 83).

Daniela también señala que en esta etapa de su vida el cuidado de sus nietas es uno de sus principales propósitos, así como los cuidados de su esposo, pero agrega además lo importante que es para ella su rol como profesora. En este caso ya no sólo existe la importancia de asegurar la alimentación de sus nietas y condiciones óptimas para su pareja, sino que también la oportunidad de acceder a tecnología como su computador y el contar con internet para producir el contenido de sus clases.

“Me ofrecieron trabajar de nuevo como profesora y corrí. Fue en plena pandemia, así que aprendí a ocupar zoom, classroom, la pizarra de zoom, las votaciones, todas esas cositas que se pueden usar. Me cambié de internet porque el que tenía se iba o se ponía lento (...), estoy contenta ahora que estamos presencial de nuevo, aprovecho que tengo internet bueno ahora para investigar más cosas y buscar actividades para llevarles, son súper despiertos y súper preocupados por el medio ambiente, los animales y el resto de las personas. Son un poco malandros algunos, así que mi trabajo es lograr que no se vayan por el lado malo, (...) yo me he dado cuenta que el cuidado de la naturaleza los despierta harto, fíjate, como que los mueve, y yo eso quiero asegurar, que eso se mantenga, al final esa es mi misión como profesora” (Daniela, 63 años).

En otra línea encontramos casos como el de Rosa. Si bien hasta hace un tiempo era cuidadora de una persona mayor enferma, actualmente sus tareas son ayudar ocasionalmente a sus padres y participar como sacristana en una parroquia, y señala que su propósito hoy está en servir a esta última. Para cumplir con su función, señala:

“Para mí es súper importante tener la lavadora y la plancha impecables, que sean de calidad, porque yo tengo que lavar los pañitos y las ropas de las sacristías, y eso tiene un proceso especial porque quedan con partículas de... bueno, es que estas son creencias nuestras, pero como por ejemplo quedan con restos de la hostia, el lavado tiene que ser muy cuidadoso, primero a mano (...) y después a la lavadora en modo delicado para que no se dañen. El planchado igual, tiene unos dobleces especiales y la tela es delicada, así que tiene que quedar bien planchado todo, pero sin quemarse, sin marcarse, nada” (Rosa, 68 años).

Por su parte, Ros señala que su propósito en este momento es el cuidado de su marido y que prefiere no plantearse metas a largo plazo.

“Yo cuido a mi esposo, esa es mi tarea ahora no más. Una no sabe cuánto tiempo más va a vivir, así que no sé si me gustaría tener metas a largo plazo. Eso sí, como te decía delante, quiero aprender a usar estas cosas como la tele, esa sí podría ser como una meta, porque ahora eso me molesta” (Ros, 66 años).

En el caso de los hombres, sus propósitos están orientados a volver a trabajar para aportar al hogar (Juan, 75 años), lograr relacionarse más con gente que tenga sus mismos gustos musicales (Brad, 86 años) y fortalecer los vínculos con sus grupos de amigos (Nano, 78 años). Particularmente, en el caso de Brad el uso de la energía resulta relevante para alcanzar este objetivo, en tanto ha establecido vínculo con amistades en el extranjero que comparten sus mismos gustos musicales, a la vez que el contar con un computador, internet y conocimiento sobre cómo usarlos también le permiten seguir descargando música y aprender de ella.

En el caso de Juan, señala que no suele sentirse una persona con muchas capacidades, tanto por su edad como por no saber leer, motivo por el que demuestra emociones negativas, como la desesperanza, cuando se trata de fijarse metas en la vida. Dado lo anterior, la única meta que visualiza explícitamente es el trabajar para aportar con más ingresos al hogar.

“No, si yo ya no aprendo, como te decía, estoy muy viejo, así que no sé si tengo algo así como una meta, no sé hacer mucho, sólo trabajar, por eso quiero volver a salir a trabajar, porque ahora no hago nada que aporte mucho” (Juan, 75 años).

Vulnerabilidad psicosocial y su rol mediador de los efectos de la pobreza energética

En este apartado revisaremos los aspectos asociados con la sensibilidad y la resiliencia de este grupo de personas mayores, en relación con los impactos identificados de la pobreza energética sobre las dimensiones del bienestar

psicológico. Al igual que en la revisión de los impactos, esta sección estará dividida en base a las distintas dimensiones del bienestar.

Autoaceptación

Sensibilidad

Los factores de sensibilidad psicosocial de las personas mayores interactúan con los impactos de la pobreza energética sobre su autoaceptación. En general, la autopercepción de una *falta de competencias y capacidad para tomar buenas decisiones* vuelve más sensibles a las personas ante los impactos que la pobreza energética tiene sobre la autopercepción, sin embargo, esto también puede ser aplacado con ciertas estrategias que observaremos más adelante. Para este apartado nos centraremos en lo primero.

Por un lado, existe la crítica a la propia torpeza y la atribución de un carácter innato, como una característica propia y no como el posible resultado fortuito de situaciones puntuales, particularmente cuando se toman malas decisiones y de manera acelerada. Ejemplo de esto es el caso de Brad, quien describe que en un exabrupto terminó el contrato con su compañía de internet y tv cable, sin conversar con nadie, para luego notar que había sido un error, percibiendo con ello que había “metido la pata” y que este tipo de acción sería una característica suya.

Por otro lado, hay sentimientos negativos asociados al desconocimiento sobre cómo utilizar ciertos artefactos y la recepción de críticas por ello. En el caso de Juan, por ejemplo, existe una *percepción de falta de competencias* que está amparada en el estereotipo de la vejez como un periodo donde no se pueden adquirir nuevos aprendizajes. Dado lo anterior, surgen en él sentimientos negativos sobre su propio desempeño, los cuales son fortalecidos por *mensajes negativos desde el entorno* que también lo vuelven sensible a ver mermada su autoimagen. Particularmente, se trata de burlas hirientes y retos cuando hace algo mal, lo que refuerza en él la idea

de que no es posible mejorar (ej. le dicen que deje de preparar pan tostado porque se le quema, en lugar de ayudarlo a aprender cómo hacerlo bien).

Por último, están las emociones negativas que afectan la autoaceptación, las cuales se ven gatilladas por el alza del valor de la energía. En general, tener una actitud responsable en el uso del dinero y el no endeudamiento son factores protectores en términos emocionales, en tanto facilitan el pago y mantención de los servicios básicos y la satisfacción de sus necesidades. Sin embargo, estos episodios pueden detonar sentimientos negativos asociados a la percepción de *baja capacidad de control* que las personas tienen sobre estas situaciones y la *insatisfacción con decisiones del pasado*. En ese sentido, existe, por un lado, la impotencia de no tener control sobre el alza de los precios, mientras que, por otro, el reproche a la propia historia de vida por no haber realizado acciones en el pasado que le permitieran tener hoy más recursos, como haber estudiado una carrera lucrativa. En el caso de Irene, su estrategia para lidiar con la frustración consiste en recordarse a sí misma que definir el precio de la energía está fuera de sus manos, abordando así sus sentimientos de rabia e impotencia, sin embargo, esto no es suficiente, ya que la crítica sobre las decisiones de su propia vida se mantiene, al igual que el malestar asociado.

Capacidad de adaptación

En lo que respecta a la capacidad de adaptación de las personas mayores, desde una mirada psicosocial, observamos que tener experiencias exitosas previas solucionando problemas energéticos genera, por un lado, una mejor imagen sobre sí mismos/as, pero a su vez, permite contar con aprendizajes y prácticas que se mantienen a largo plazo. Un ejemplo de esto es el caso de Tacher, quien aprendió a implementar *prácticas preventivas*, que en este caso implican hacer mantención a su calefón, lo cual evita que deba lidiar con fallas y malos ratos. Dado esto, se anticipa y planifica para seguir haciendo mantenciones sin que alguien externo

(como un familiar) se lo indique, lo cual le genera sentimientos de satisfacción con ella misma.

En este contexto, Tacher refiere a una idea que puede ser problemática: el sentir que puede molestar al resto por pedir ayuda. Para evitar sentirse una molestia, opta por *no pedir ayuda* a sus familiares, lo cual puede ser poco favorable si se convierte en una práctica habitual, sobre todo si aparecen situaciones complejas y/o peligrosas que pueden ser más difíciles y riesgosas de resolver exitosamente por su cuenta. Esta práctica, si bien permite evadir la idea de ser una molestia, puede ser más bien contraproducente y maladaptativa.

En una línea similar está el caso de Juan, quien, para evitar los sentimientos de falta de competencias y los malos tratos de su entorno, *evita realizar ciertas tareas y evade los esfuerzos para adquirir nuevos aprendizajes y competencias*. Esta estrategia también está vinculada a la sensibilidad y el impacto que esta facilita sobre su autoimagen, en tanto le permite evitar las burlas y los malos tratos, pero más que ayudar, tiene por efecto secundario un aumento en la carga de trabajo doméstico de su esposa, o al menos, no aporta a disminuirla, por lo que también puede considerarse una estrategia maladaptativa.

Por otro lado, existen prácticas que son más generales, como *ser ordenados/as con el dinero y evitar endeudarse*. Esto permite que, en caso de situaciones como las alzas en el precio de la energía, tengan mejores condiciones para ajustar su presupuesto. Sin embargo, lo anterior no es suficiente para evitar el efecto que la pobreza energética desencadena en la autoimagen, en tanto la frustración que gatilla se mantiene, tal como ocurre en el caso de Irene descrito en el apartado anterior.

Por último, existe un caso más amplio aún, asociado a la adopción de un *estilo de vida eficiente energéticamente*. En este caso, la intención está en adaptar las prácticas cotidianas con el fin de ayudar de algún modo al medio ambiente, ya sea desde el uso prudente de las luces hasta el cese en el uso de leña para la

calefacción. En ambos casos, existe consciencia sobre los posibles impactos de sus acciones sobre el medioambiente, y el haber adaptado su estilo de vida, aún a costa de algunas comodidades, les permite ser positivas con cómo están llevando su vida.

Capacidad de respuesta

Así como existen estrategias de adaptación, también existen estrategias para responder que se relacionan con la autoaceptación de las personas. En primer lugar, están las vinculadas con la capacidad de *realizar diagnósticos exitosos de los problemas*, lo cual es viabilizado por haber enfrentado los problemas con anterioridad, adquirir conocimientos de alguien experto (ej. el técnico que repara el calefón), identificar posibles señales que indiquen fallas, aun cuando no se hayan experimentado previamente, entre otros. Cualquiera sea el caso, cuando estas hipótesis sobre el origen del problema son comprobadas como ciertas, las personas adoptan una actitud positiva hacia sí mismas, se sienten validadas e inteligentes. Esto es positivo no sólo por la mejora en su autoaceptación, sino que también porque no es necesario que resuelvan el problema con sus propias manos para considerar que han hecho un buen trabajo. De todos modos, igual existe al menos un caso donde la persona realiza directamente un arreglo (reparar un cable), pero lo hace posterior a una evaluación de la complejidad de la tarea y sus propias capacidades; al igual que en el caso anterior, un resultado exitoso propicia una actitud positiva hacia la propia persona.

En esta línea, los/as entrevistados/as reconocen un peligro en interactuar con cierto tipo de dispositivos sin conocimientos, dado que existe un riesgo de accidentes al actuar desde la inexperiencia, por lo que la estrategia de *evaluar las propias capacidades antes de actuar* también es favorable en términos de seguridad, sin embargo, las personas no consideran que esto último influya de algún modo en su autoevaluación. En línea con esto, el poder *resolver problemas solicitando ayuda* exige contar con algunas cosas, como saber a quién se puede contactar y contar con vías para hacerlo, caso en el cual resulta relevante que las personas tengan y

sepan usar herramientas como un teléfono para llamar a quién sea necesario. En este caso, suelen darse dos opciones: contactar a un especialista o contactar a un familiar. En el primer caso, se describen sentimientos gratificantes (por hacerse cargo del problema), pero en el segundo pueden ocurrir situaciones que produzcan malestar, como empezar a recibir ayuda y que, luego de un tiempo transcurrido, la disposición de la persona cambie a una actitud más negativa que transmite la impresión de que la solicitud de ayuda les molesta. Cuando esto ocurre, una estrategia para evitar esos malos tratos es *fingir que el problema está resuelto* y que ya no hay dudas, con el fin de terminar esa interacción. Gracias a lo anterior, las personas mayores logran seguir pidiendo ayuda, pero conteniendo los comentarios y malos tratos que puedan aparecer en algún momento y afectar su bienestar, sin embargo, esto no necesariamente es del todo positivo y puede ser más bien maladaptativo.

Tabla 2

Factores de vulnerabilidad psicosocial asociados al impacto de la pobreza energética en la autoaceptación

SENSIBILIDAD	ADAPTACIÓN	RESPUESTA
<ul style="list-style-type: none"> • Percepción de falta de competencias • Mensajes negativos desde el entorno • Baja capacidad de control • Insatisfacción con las decisiones del pasado 	<ul style="list-style-type: none"> • Prácticas preventivas • Responsabilidad financiera • Estilo de vida eficiente energéticamente • No pedir ayuda (M) • Evitar realizar ciertas tareas (M) • Evadir esfuerzos para aprender (M) 	<ul style="list-style-type: none"> • Capacidad de realizar diagnósticos exitosos • Evaluación de las propias capacidades antes de actuar • Resolver problemas solicitando ayuda • Fingir que el problema está resuelto (M)

Nota: (M) indica las conductas maladaptativas.

Elaboración propia.

Control del entorno

Sensibilidad

Con respecto a los factores que vuelven a las personas más sensibles a ver afectada su capacidad de dominio sobre el entorno, estos suelen estar vinculados tanto a la electricidad como a los sistemas de climatización y las distintas consecuencias que derivan de su uso.

Uno de los primeros factores es la *condición socioeconómica del hogar*. Esto se ve reflejado en las dificultades que pueden tener para costear los servicios energéticos como la electricidad en un intento de asegurar el suministro ininterrumpido, así como también su capacidad para invertir en arreglos en la vivienda, con sus propios recursos, que permitan mejorar las condiciones generales de habitabilidad. A su vez, a pesar de que puedan saber que existen artefactos más eficientes, la idea de reemplazarlos se desplaza hasta que estos se averíen o que se reúna el monto total necesario en ese momento, dada la tendencia a evitar el endeudamiento.

En línea con lo anterior, no sólo las dificultades para costear mejoras en la vivienda son problemáticas, sino que también la *falta de conocimiento sobre estrategias*, por ejemplo, de aislación, en tanto se carece de alternativas para enfrentar estos problemas, como contar con opciones más económicas para acondicionar la vivienda que permitan el uso de los distintos espacios sin restringirse o tener una mayor dependencia a la calefacción (con un mayor gasto o el potencial de afectar la salud de las personas).

Por otro lado, también existe una *percepción de bajo control sobre el entorno*, particularmente vinculada al suministro eléctrico. Esta se traduce en sentimientos de impotencia, particularmente cuando tienen claridad sobre una de las causas de los cortes de luz (mala calidad y disposición del tendido eléctrico), pero a la vez desconocen quién es responsable y éste no se hace cargo del problema. Además, el malestar se ve potenciado cuando el factor económico también es problemático

y existe un esfuerzo adicional del hogar por asegurar el pago del servicio con el fin de evitar un corte de éste.

Otro aspecto que puede volverles más sensibles es el *apego a tecnologías tendientes a la obsolescencia*. Con esto se hace referencia particularmente al caso de la radio, ya que, si bien como medio de comunicación sigue siendo vigente, el formato del artefacto tradicional ha sufrido transformaciones que lo vuelven inutilizable en caso de cortes de suministro eléctrico, en tanto ya no es frecuente encontrar radios que funcionen en base a pilas y que puedan mantener su función en caso de un corte de luz. En ese sentido, limitarse al uso de ese formato y no contar con la opción y/o conocimiento de otras alternativas (como acceder a la radio desde el celular) restringe su capacidad de dominio, en tanto les vuelve susceptibles a la disminución de la variedad de alternativas en el mercado, las limitaciones de aquellas que están disponibles y, en consecuencia, la incapacidad de lidiar con una de las dificultades de la pobreza energética.

Por su parte, el *cuidado de personas enfermas* en el hogar también aumenta la sensibilidad en términos de la capacidad de dominio sobre el entorno, en tanto existen otras necesidades que se vuelven relevantes en torno a este rol, las cuales a su vez son susceptibles a los elementos previamente mencionados. Por ejemplo, la falta de control sobre el suministro eléctrico presenta dificultades adicionales en el caso donde artefactos como la televisión son relevantes para resguardar el bienestar de alguien, como comenta Ros, quien está preocupada de tener una actividad con la que pueda entretenerse su marido. Por otro lado, también es problemático cuando el cuidado de terceros involucra el uso de artefactos dependientes de la electricidad, dado que en esos casos los cortes de luz van acompañados de la incertidumbre sobre los posibles efectos negativos de su ausencia y se carece de alternativas para suplir su función (ej. máquina de oxígeno).

Por último, en una línea similar, *sufrir problemas de salud* personalmente también condiciona el dominio sobre el entorno. Por ejemplo, en el caso de Chavita, quien presenta problemas en su vista, los cortes de luz pueden restringir su tránsito por la

vivienda y el realizar actividades cotidianas como bañarse, dada su dificultad para ver a oscuras y el temor a sufrir accidentes. A su vez, en casos como el de Chana, su capacidad para regular la temperatura de la vivienda puede limitarse también por sus problemas visuales, en tanto debe moderar el uso de los ventiladores, mientras que, en el caso de Daniela y Chavita, los problemas de salud que desregulan su temperatura corporal y afectan la salud de su piel, respectivamente, restringen su capacidad para utilizar constantemente las estufas, debiendo recurrir a otras alternativas.

Capacidad de adaptación

Algo importante para adaptarse a los efectos de la pobreza energética y no ver afectada la capacidad de control sobre el entorno es, en primer lugar, el *uso responsable de los recursos*, lo cual permite compensar el problema asociado al factor socioeconómico del hogar. En este caso, el no endeudamiento y contar con ahorros permite tener la capacidad, por ejemplo, de realizar mejoras en la infraestructura de la vivienda cuando se considera necesario, a la vez que hacer un uso responsable e inteligente de los recursos también permite asegurar el pago de los servicios energéticos y no perder el acceso a los mismos.

En torno al mismo tema, también hay un proceso de *naturalización* de problemas como la falta de acondicionamiento térmico, tal como ocurre en el caso de Juan y Roberta, quienes consideran que lo que corresponde es tener la calefacción encendida y que no es necesario realizar mejoras en la vivienda. En este caso, la naturalización permite evadir la idea de que es necesario tener control sobre aspectos de infraestructura, sin embargo, esto puede ser contraproducente cuando realizar cambios sí podría mejorar las condiciones de vida del hogar.

Por otra línea, el *conocer los problemas habituales del entorno e identificar las necesidades afectadas por dichos problemas* son estrategias que permiten definir prácticas preventivas y adquirir artefactos que puedan ser de ayuda. Un ejemplo de esto es el caso de Chana, quien es consciente de que los cortes de luz son un

fenómeno frecuente, sobre el cual no tiene control y que, en su caso, perturban su oportunidad de acceder a información y ocio, en tanto le impiden ocupar la fuente que utiliza para ello: su radio. Dado lo anterior, Chana se encargó de adquirir una lámpara de emergencia recargable y con radio, por lo que no sólo logra lidiar con el problema de la luz en sí mismo, sino que también resguardar las otras necesidades afectadas (acceso a la información y ocio). Por otro lado, el caso de Nené también aplica para este caso, en tanto su hogar, en consideración de que los cortes de luz afectaban su negocio, decidió adquirir un mini generador que permitiera mantener el suministro en caso de cortes.

Capacidad de respuesta

En lo que respecta a la capacidad de los hogares para responder con el fin de mantener el control sobre su entorno, es posible identificar distintas estrategias.

Por un lado, cuando no existe capacidad de inversión para hacer mejoras en la vivienda, contar con un *apoyo del entorno*, particularmente de familiares, permite compensar cuando se desea mejorar las condiciones, pero no existe una base de recursos suficientes, lo cual facilita mantener un control sobre el entorno para adaptar la vivienda y costear las necesidades.

Por otro lado, una forma de responder a los problemas del entorno es el *uso estratégico del espacio*, lo cual se observa en las dinámicas de desplazamiento dentro de la vivienda, donde se visitan habitaciones en distintos momentos según su temperatura, como el reunirse en la cocina mientras se está preparando algo o mantenerse en el propio dormitorio con algún artefacto que permita climatizar ese espacio a gusto personal. Prácticas como el acostarse más temprano son salientes, en tanto permiten el ahorro de energía para calefacción. Del mismo modo, en caso de imprevistos como cortes de luz que restringen la capacidad de movilizarse por la vivienda dadas dificultades visuales, también se manifestó la estrategia de mantenerse dentro de la propia habitación, esta vez con el fin de evitar accidentes.

Otra forma para crear condiciones adecuadas para satisfacer las necesidades del hogar es el *uso estratégico de los artefactos*, el cual se vincula de manera importante con las condiciones de salud de los integrantes del hogar. En este caso, por ejemplo, las maneras de enfrentar el frío estarán sujetas a particularidades en términos de salud: en hogares donde las personas presentan dolores reumáticos, se prioriza una calefacción permanente; en hogares donde las estufas producen efectos negativos sobre la salud, la calefacción se ocupa por periodos breves de tiempo y se opta por otras estrategias, como abrigarse más ocupando determinados tipos de prendas y telas que se ajusten a las necesidades de la persona. Por otro lado, también se hace un uso focalizado de los artefactos según necesidades particulares: por ejemplo, Chana climatiza el baño cuando debe aplicar su tratamiento para la psoriasis, pero no para otros usos de la misma habitación, y utiliza su radio y linterna recargable sólo ante cortes de luz y el resto del tiempo sólo usa la que se conecta a la corriente. Por último, otro aspecto relevante asociado al uso estratégico de los artefactos es contar con variedad de dispositivos y stock de combustible: así, cuando se corta la luz y no se puede usar una estufa eléctrica se puede optar por la a gas, y cuando se acaba el gas para el agua, la cocina o la estufa se puede contar con un cilindro extra de emergencia para responder rápidamente.

En ocasiones, las personas mayores hacen un uso estratégico de los recursos por el bien del resto, incluso *sacrificando sus necesidades personales*. Este es el caso de Chavita, quien señala que, si bien su salud se ve afectada por el uso de estufas, prefiere priorizar a su hija, quien sufre de dolores de cabeza cuando bajan las temperaturas. Esta podría ser considerada una estrategia maladaptativa, en tanto permite enfrentar el frío y mantener el bienestar de su hija, pero ve perjudicada su propia salud.

Por último, está el *contar con conocimientos y habilidades* para enfrentar imprevistos, como es el caso del hogar de Irene y Nano, quienes tuvieron la capacidad de hacerse cargo de la normalización eléctrica de su propia vivienda

cuando vieron que las personas que habían contratado para ello no parecían satisfacer de manera óptima esta necesidad. Vale mencionar que, si bien este evento es considerado por ellos como problemático, es relatado como una anécdota divertida, lo cual puede ser facilitado por el hecho de tener la capacidad de responder por su propia cuenta y de manera efectiva.

Tabla 3

Factores de vulnerabilidad psicosocial asociados al impacto de la pobreza energética en el control del entorno

SENSIBILIDAD	ADAPTACIÓN	RESPUESTA
<ul style="list-style-type: none"> • Condición socioeconómica del hogar • Falta de conocimiento sobre estrategias y alternativas • Percepción de bajo control sobre el entorno • Apego a tecnologías tendientes a la obsolescencia • Cuidado de personas enfermas • Problemas de salud personales 	<ul style="list-style-type: none"> • Responsabilidad financiera • Conocer los problemas habituales del entorno • Identificar las necesidades afectadas por los problemas del entorno • Naturalización (M) 	<ul style="list-style-type: none"> • Apoyo del entorno • Uso estratégico del espacio • Uso estratégico de los artefactos • Capacidad para responder a imprevistos • Sacrificar necesidades personales (M)

Nota: (M) indica las conductas maladaptativas.

Elaboración propia.

Autonomía

Sensibilidad

En lo que respecta a los factores que vuelven sensibles a las personas mayores ante los impactos de la pobreza energética sobre su autonomía, se identifica la existencia de *asimetrías de poder*, donde la toma de decisiones se concentra en

una sola persona de manera autoritaria. Esto condiciona y restringe la capacidad de una persona para autorregular su conducta y actuar de manera adecuada sin someterse a la presión social, como ocurre en el hogar de Brad, donde su pareja no cuenta con la libertad para realizar acciones que tienen un objetivo racional, como deshacerse de un electrodoméstico defectuoso, dada la instrucción de su marido.

En una línea similar se encuentran las *relaciones de dependencia*, las cuales pueden ir por dos caminos: por un lado, uno donde si bien no existe una restricción explícita a participar de la toma de decisiones, estas sí se concentran en una sola persona, entorpeciendo el desarrollo de capacidades para el funcionamiento autónomo de la otra, tal como ocurre en el caso de Rosa y su marido, caso en el que ella relata que descansaba en él para tomar las decisiones y que al enviudar esta no sabía cómo hacerlo; por otro lado, un camino donde las decisiones se concentran en un integrante del hogar a pesar de sus intentos para que el proceso sea colaborativo, sin embargo, el control del dinero se encuentra en manos de otro integrante, lo cual puede truncar ciertas actividades, tal como ocurre en el caso de Chana, quien si bien decide autónomamente qué cosas se deben hacer, depende de la presencia de su marido para que éste ponga el dinero a disposición.

Por otra parte, también influyen las *relaciones poco respetuosas*, las cuales se reflejan en el caso de Ros, quien señala que en ocasiones evita participar de la toma de decisiones dado que los malos resultados de estas suelen convertirse en discusiones.

Otro aspecto que puede restringir la autonomía es la *falta de conocimientos*. En este caso, podemos mencionar nuevamente el caso de Rosa, quien desconocía cómo llevar a cabo ciertas actividades de manera independiente, además del caso de Roberta, para quién el no saber leer es una restricción para aprender a utilizar artefactos por su propia cuenta, particularmente cuando los manuales de estos no cuentan con un apoyo ilustrativo de su funcionamiento.

Por último, están los aspectos vinculados con el *realizar tareas de cuidado*, y es que esta actividad, por un lado, condiciona algunas de las actividades cotidianas, propiciando una mayor carga de trabajo y con ello menor independencia para hacer otras actividades; mientras que por otro, configura un escenario donde la enfermedad de la persona cuidada impide tomar decisiones en conjunto como hogar, concentrando las decisiones en una sola persona que, si bien cuenta con la capacidad de autorregulación para actuar, sí sufre consecuencias negativas a nivel emocional. Ejemplos de esto son el de Ros al cuidado de su marido, quien debe asegurarse de que este cuente con alternativas de ocio, y el de Daniela, quien no puede tomar decisiones con su esposo dado que este sufre un problema neurodegenerativo.

Capacidad de adaptación

Los factores que permiten adaptarse y conservar con ello la autonomía giran principalmente en torno al factor económico y las relaciones con otros. Por un lado, está el *contar con el control sobre los recursos*, tanto por tenerlos bajo su poder como por ser quien decide qué se hace con ellos. Si bien este tipo de estrategia permite conservar la autonomía de esa persona en particular, genera el efecto contrario en el entorno y con ello malestar. Por otro lado, también están las estrategias que buscan la *prevención de la ausencia de recursos*, en tanto el dinero puede no estar en manos de la persona que decide, pero ésta puede planificarse para los momentos en los cuales será necesario usarlo y así conseguirlo con anticipación. Este es el caso de Chana, quien se asegura de solicitar el dinero del gas antes de la fecha de compra, para así asegurarse de tenerlo cuando el combustible se acabe y deba comprarlo, y no verse impedida en caso de que su marido no esté en casa.

Por su parte, otros factores que facilitan la adaptación es el tener *buenas relaciones con el entorno*, siendo un caso clave de esto el de Tacher, quien, si bien es receptora de cuidados, también es respetada en su independencia, lo cual evita (o al menos no promueve) una pérdida de autonomía para lidiar con situaciones en su entorno,

tomar decisiones, solicitar ayuda cuando es necesario, entre otros. Sin embargo, dentro del ámbito de las relaciones en torno a la autonomía también surgen estrategias maladaptativas, tales como *ajustar la conducta para evitar conflictos*. En este caso volvemos al relato de Nené, quien deja entrever una merma en su autonomía en tanto prioriza las expectativas y evaluaciones de otros, basándose en sus juicios, para marginarse de participar en la toma de decisiones, dado que la posibilidad de equivocarse a ojos del resto puede generar situaciones conflictivas como discusiones. De este modo, evita creer ser responsable de gatillar ciertas discusiones, pero al mismo tiempo restringe su independencia ajustándose a la presión social.

Capacidad de respuesta

Dentro de las estrategias de respuesta se observa la capacidad de *actuar sin recibir instrucción del resto*, es decir, no esperar la autorización de alguien para hacer algo y actuar directamente con el fin de enfrentar la dificultad que se experimenta. Ejemplo de esto es Chana, quien se hace cargo de cosas como la planificación y compra de combustible por sí sola, o el de Tacher, quien aprendió a solicitar ayuda para la mantención de su calefón y no espera que alguien le avise que debe llamar a un técnico.

Otro aspecto es el hecho mismo de *saber a quién recurrir para solucionar un problema*, en tanto permite hacerse cargo de las dificultades incluso cuando no se cuenta con las capacidades para hacerlo personalmente, siendo una forma de autorregulación de la conducta. En este caso se observan situaciones como la de Roberta, quien, si bien es sensible a ver perjudicada su autonomía por no saber leer, sabe directamente a quién solicitar ayuda. Esto le permite seguir haciéndose cargo de sus propios procesos de aprendizaje sobre el uso de electrodomésticos subsanando las barreras puntuales de conocimiento cuando es necesario.

Tabla 4

Factores de vulnerabilidad psicosocial asociados al impacto de la pobreza energética en la autonomía

SENSIBILIDAD	ADAPTACIÓN	RESPUESTA
<ul style="list-style-type: none">• Asimetrías de poder• Relaciones de dependencia• Relaciones poco respetuosas• Falta de conocimientos (lectura)• Cuidado de personas enfermas	<ul style="list-style-type: none">• Control sobre los recursos• Prevención de la falta de recursos• Buenas relaciones interpersonales• Ajustar la conducta para evitar conflictos (M)	<ul style="list-style-type: none">• Actuar sin necesitar instrucción del resto• Saber a quién recurrir para solucionar un problema (autorregulación)

Nota: (M) indica las conductas maladaptativas.

Elaboración propia.

Relaciones positivas con otros

Sensibilidad

Uno de los factores que vuelve más sensible las relaciones en el hogar ante la pobreza energética es la *mala distribución de tareas*, lo cual afecta con mayor frecuencia a las mujeres, quienes declaran hacerse cargo de las tareas domésticas y de cuidado. Esto está vinculado, entre otras cosas, a una lógica de distribución de responsabilidades basada en estereotipos de género, con baja reciprocidad, donde las mujeres tienden a sufrir una sobrecarga de trabajo que puede traer consecuencias negativas en su salud física y mental. En este marco existen algunos matices, dado que hay hogares donde: es una mujer la que se encarga de todos los roles por razones de fuerza mayor (como vivir solas o convivir con gente que no puede tomar decisiones y que requiere cuidados); la mujer toma las decisiones, hace las tareas y comparte el gasto con el resto; la mujer hace todo y el hombre toma las decisiones y pone el dinero; la mujer se hace cargo de las tareas, el hombre

de poner el dinero y toman las decisiones en conjunto; ambos ponen dinero y toman decisiones, pero la mujer sigue haciendo las tareas; y en otros, los hombres suman algunas labores específicas, como sacar la basura o encargarse de instalar los balones de gas por ser muy pesados.

En ese contexto, hay factores adicionales que vuelven aún más sensibles las relaciones en el hogar, tales como la *incapacidad para identificar y respetar necesidades ajenas* (como la necesidad de descanso), y la *incapacidad para llegar a acuerdos y mantener un vínculo respetuoso*. En uno de los casos, esto ha construido dinámicas con intercambios violentos, donde se responsabiliza a sólo una de las partes (la mujer) por los problemas energéticos del hogar y se espera que esta posponga sus necesidades en beneficio de las del resto. Ejemplo de esto es la dinámica de Nené, quien es responsabilizada por los cortes de luz, se le exige que realice sus tareas acomodándose a los horarios del resto y mantiene una dinámica de discusiones y poco respeto. Lo anterior muchas veces se sostiene por la *preocupación por el bienestar del resto* que manifiestan las mujeres, lo cual, si bien puede ser considerado positivo, sí genera una propensión a aceptar malas condiciones y sacrificar el bienestar personal para satisfacer las necesidades del resto.

En este contexto, también puede sumarse un *temor a estar "desocupada"*. Para una de las entrevistadas, la disminución de la carga de trabajo, por eventos como la salida de las hijas del hogar, es considerada una amenaza a la salud mental, por lo que perder el rol de cuidadora se considera un evento negativo que debe evadir de alguna manera.

En este punto vale mencionar que, si observamos la definición de “relaciones positivas con otros” de Ryff (1995), parecieran cumplirse condiciones para una puntuación alta en ese ítem. Sin embargo, que una relación no sea mala tampoco significa que sea buena, y los criterios disponibles para esta dimensión parecen ser ciegos a la dinámica que producen los roles de género en el hogar. Dado lo anterior,

el ítem “Relaciones positivas con otros” tal como está caracterizado resulta insuficiente para contener este tipo de aspectos.

Capacidad de adaptación

Dentro de las estrategias que permiten adaptarse ante los efectos de las dinámicas energéticas sobre las relaciones se encuentran la *distribución sana de roles* y el *respeto en las relaciones*, que en este caso se observa en los hogares que toman decisiones en conjunto, generando espacios de conversación que pueden ser sólo como hogar o, en casos como el de Tacher, con los familiares que van a visitarla para ayudarla con las tareas del hogar. Esto no asegura una distribución equitativa de las labores, pero sí permite una descarga de tareas y una dinámica de diálogo en el hogar.

Por otro lado, algunas presentan tendencias maladaptativas cuando las relaciones no son positivas. De los relatos se extrae que las dos más comunes son la *resignación*, que contempla el reconocimiento del problema como tal, pero con un nivel de desesperanza a la idea de cambiarlo; y la *habituación*, donde se produce un acostumbamiento y naturalización del fenómeno, volviendo menos consciente que es un problema y manteniendo como norte, por ejemplo, la preocupación por el bienestar del resto. En el primer caso, se puede mencionar el caso de Chana, quien, si bien se enoja por la no colaboración de su marido, tampoco espera que haga un cambio, mientras que en el segundo está el de Irene, quien asume la distribución desigual de tareas como algo natural ya que siempre ha sido así. Estas dos estrategias entran en el campo de lo maladaptativo, en tanto mantienen la misma estructura y no ponen freno a la sobrecarga y sus consecuencias negativas.

En esta misma línea, la tendencia a *preservar activamente la sobrecarga de trabajo* puede no necesariamente empeorar las condiciones, sin embargo, tampoco facilita el mejorarlas. Este es el caso de Chana quien, ante el temor por la desocupación, buscó otros hogares a los cuales cuidar (el de su hermana y el de sus padres), además de las funciones que ya realizaba dentro del propio.

Capacidad de respuesta

En el caso de la capacidad de respuesta, una que permite lidiar con aspectos vinculados a la energía y propicia relaciones positivas es la *transmisión de conocimientos*. En este caso, tareas como enseñar a los nietos a preparar su propio desayuno y entregar conocimientos que puedan ayudar a la resolución de problemas en el momento (por ejemplo, qué hacer al quedarse sin agua caliente) permiten la existencia de una dinámica de “dar y recibir” positiva para la construcción de relaciones positivas.

Por otro lado, también está la *capacidad de trabajo en equipo* y la *empatía con las necesidades del resto*. En este caso se identifican situaciones que tienen por objetivo proteger a otra persona. Un ejemplo de esto es el reunirse intencionalmente en una misma habitación para que aumente y se mantenga la temperatura en dicho lugar, y otra es sentarse juntos en un mismo sillón, apretados, para aprovechar el “calor humano”. Estas situaciones se ven gatilladas en casos donde el objetivo no es necesariamente ahorrar en combustible, sino más bien evitar el uso de estufas cuando estas generan algún tipo de malestar a un integrante del hogar, siendo el caso de Chavita y Daniela.

En una línea similar, surgen otras respuestas que pueden ser de carácter más espontáneo, sin necesariamente tener por motivación ayudar al resto, y es encontrarse en espacios que concentren mayor calor, como la cocina, y simplemente coincidir con otros integrantes del hogar en el mismo espacio, o reunirse en torno al fuego mientras se cocina, lo cual también atrae a la gente a un mismo lugar, aun cuando la intención original no fuera estar en el mismo espacio. Esto más bien puede asociarse al *uso estratégico del espacio* y no directamente con el modo en el que se desarrollan las acciones, pero sí tiene por efecto secundario el generar instancias para compartir e interactuar.

Por último, también vinculado al interés por el bienestar de otros a su cuidado, están las *estrategias de cuidado de mascotas*. En este caso, se observan prácticas que

responden a las necesidades que las personas mayores identifican en los animales, tales como el frío o sentimientos de soledad, y que no necesariamente buscan satisfacer alguna necesidad personal. Esto permite generar una relación con sus mascotas en una dinámica de protección que va más allá de sólo habitar el mismo lugar, lo cual genera sentimientos de bienestar.

Tabla 5

Factores de vulnerabilidad psicosocial asociados al impacto de la pobreza energética en las relaciones positivas con otros/as

SENSIBILIDAD	ADAPTACIÓN	RESPUESTA
<ul style="list-style-type: none"> • Mala distribución de tareas • Incapacidad para identificar y respetar necesidades ajenas • Incapacidad para llegar a acuerdos y tener vínculos respetuosos • Preocupación por el bienestar del resto • Temor a “estar desocupada” 	<ul style="list-style-type: none"> • Distribución sana de roles • Relaciones respetuosas • Resignación (M) • Habitación (M) • Preservar activamente la sobrecarga de trabajo (M) 	<ul style="list-style-type: none"> • Trasmisión de conocimientos • Empatía con las necesidades del resto • Trabajo en equipo • Uso estratégico del espacio • Estrategias de cuidado de mascotas

Nota: (M) indica las conductas maladaptativas.

Elaboración propia.

Crecimiento personal

Sensibilidad

En primer lugar, uno de los aspectos que vuelven más sensibles a las personas mayores a ver afectada su percepción de crecimiento personal es la idea de que existe una *incapacidad para aprender cosas nuevas*, vivenciando emociones negativas por considerar que sufren un estancamiento de sus habilidades cognitivas cuando no entienden algo. Esto ocurre frecuentemente en el caso de las nuevas

tecnologías y los intentos de enseñarles a utilizarlas, ya sea porque presentan resistencia a aprender o porque, en el intento de hacerlo, tienen dificultades.

En esto juega un rol clave el cómo es su vínculo con el entorno, articulándose tres factores que les vuelven más sensibles: *mal trato del entorno*, *mala autoimagen* y *falta de apoyo*. Los/as entrevistados/as relatan que, en ocasiones, cuando no comprenden lo que les enseñan, hay una reacción negativa por parte de sus familiares. Esto alimenta cualquier problema que puedan tener de autoimagen (habitualmente vinculado a la idea de no ser capaces de aprender), y devela un patrón en que la disposición para realmente darse el tiempo de enseñarles cómo usar las nuevas tecnologías y resolver todas las dudas, puede ser escasa. “Conmigo se alteran” y “se aburren y me dejan sola” son dos frases que a grandes rasgos encierran las distintas experiencias que surgieron en torno a este aspecto.

Por último, otro aspecto que vuelve sensible a las personas mayores que buscan aprender es el *padecer enfermedades que afecten sus manos y su visión*. Si bien en este caso no es suficiente para eliminar el deseo de aprender ni la percepción de que se tiene potencial, sí es un factor que genera un nivel de malestar, en tanto impide el empleo correcto de los artefactos y limita las capacidades para interactuar con los mismos.

Capacidad de adaptación

El *deseo de lograr cosas nuevas* genera una base en la capacidad de adaptación que se abre a dos temáticas: una sigue la línea ya presentada en sensibilidad, y es el deseo de aprender sobre las nuevas tecnologías; la otra se asocia al uso eficiente de la energía con el fin de actuar de forma respetuosa con el medio ambiente. En el primer caso, la capacidad para enfrentar desafíos por cuenta propia (como ocupar la televisión inteligente) es estimulante y se asocia a mejoras en la propia calidad de vida y la del entorno, mientras que en la segunda el deseo no es sólo aprender, sino que también hacer un bien mayor más allá del ámbito personal y del hogar.

Por otro lado, el *sentimiento de aprendizaje constante* y la *percepción de tener un potencial por alcanzar* también son factores que permiten resistir, por ejemplo, los efectos que la falta de apoyo y los malos tratos pueden tener sobre la percepción de crecimiento personal de las personas mayores. En ese sentido, la gratificación de aprender cosas de manera independiente valida la idea de que sí se tiene la capacidad de adquirir nuevos conocimientos y que no existe un estancamiento debido a la edad, lo que a su vez preserva el deseo de aprender más aún. En este caso participan situaciones en las que, a pesar de vivir experiencias incómodas al pedir que se les enseñe a ocupar nuevas tecnologías, sigue existiendo el interés por aprender, el cual a su vez es reforzado por experiencias concretas donde se ha logrado aprender otras cosas de manera autónoma, como ocurre en el caso de Roberta. Esto permite no perder la motivación, persistir en ese deseo y mantener la idea del potencial de llegar más allá, aun cuando en la práctica puedan no solicitar ayuda consistentemente.

Capacidad de respuesta

La capacidad para responder ante las complicaciones sigue en una línea similar: el *aprender cosas nuevas* resulta estimulante y permite contrarrestar aspectos de la sensibilidad, como la percepción de incapacidad. Por su parte, el *solicitar ayuda* permite dirigir el aprendizaje para satisfacer intereses particulares, tales como el de Ros, quien desea aprender a usar su televisor en tanto quiere otorgar condiciones más agradables a su esposo.

En normas generales, hay una tendencia clara en cómo se establece un vínculo entre la energía y el crecimiento personal, sin embargo, también hay una excepción, y es que también hay una experiencia donde se *sacrifican necesidades personales* para satisfacer las de otra persona, en desmedro del propio bienestar. Este es el caso de Rosa, quien para asegurar el bienestar de su suegra llegó al punto de no terminar de preparar su comida, ya que optó por traspasar el gas de la cocina al de su estufa, y terminó comiendo su almuerzo crudo, arriesgando con ello su salud. En

este caso, el fin era conseguir ser “mejor persona” producto de haber brindado ayuda a alguien, a la vez que aseguraba el bienestar de esta otra persona, sin embargo, esta respuesta ante el imprevisto de suministro puede ser catalogada como maladaptativa ya que, aun cuando el objetivo pueda ser un bien mayor, igual pone en riesgo su salud.

Por último, el apoyo y *buena relación con el entorno* son condiciones que no sólo sirven a quienes desean aprender, sino que también logran movilizar a quienes originalmente no deseaban hacerlo, logrando responder con ello a la posible percepción de incapacidad para desarrollar nuevas habilidades. En este caso, la familia de Tacher consiguió que ella aceptara aprender a usar un teléfono, aunque no era de su interés, con el fin de mantener un contacto más fluido y constante, considerando que ella vive sola. Si bien no era un deseo que surgió de ella misma, este evento fue un estímulo para generar un interés en aprender más cosas y ser consciente de que puede seguir aprendiendo.

Tabla 6

Factores de vulnerabilidad psicosocial asociados al impacto de la pobreza energética en el crecimiento personal

SENSIBILIDAD	ADAPTACIÓN	RESPUESTA
<ul style="list-style-type: none"> • Percepción de incapacidad para aprender cosas nuevas • Mal trato del entorno • Falta de apoyo • Padecer enfermedades que afecten las manos y la vista 	<ul style="list-style-type: none"> • Deseo de lograr cosas nuevas • Sentimiento de aprendizaje constante • Percepción de potencial por alcanzar 	<ul style="list-style-type: none"> • Solicitar ayuda • Impulso del entorno para aprender • Sacrificar necesidades personales: alimentación (M)

Nota: (M) indica las conductas maladaptativas.

Elaboración propia.

Propósito en la vida

Sensibilidad

Como fue mencionado con anterioridad, más que interactuar directamente con los propósitos, es más frecuente que la pobreza energética y la vulnerabilidad dialoguen con los mecanismos que pueden permitir alcanzar distintos propósitos. En lo que respecta a la sensibilidad, uno de los factores observados es el presentar *emociones negativas sobre la vida que se lleva*, siendo la desesperanza un sentimiento desmotivante para definir y mantener objetivos y un propósito en la vida. De este modo, la insatisfacción con quién se es en el momento (y quien se ha sido a lo largo de los años) restringe la visión que se puede tener sobre las propias capacidades para lograr algo más y, más aún, ser capaz del hecho mismo de tener un propósito. En este caso se observan situaciones como las de Juan, quien, dadas experiencias donde se ha enfrentado al desconocimiento y a las equivocaciones, desiste de sus intentos por enfrentar los desafíos domésticos de la energía en el hogar, y mantiene una *percepción de estancamiento* que vuelve incierta para él la posibilidad de aportar realmente de algún modo, por el mero hecho de ser quién es. Esto promueve ideas sobre la incapacidad para hacer cambios en sí mismo y un actuar consecuente, donde no se hacen intentos por ser (y hacer) distinto, se instala la resignación y se retroalimenta constantemente esta situación que impide la definición de un propósito.

Por otro lado, está la *falta de metas y de actividades que tengan un impacto* claro en el entorno. En ese sentido, se observan dos discursos sobre la falta de metas: uno asociado a la percepción de incapacidad para aprender y desarrollarse, como el caso de Juan, y otro vinculado con la incerteza sobre la duración de la vida en sí, por lo que se opta por tener un foco en el presente más que en el largo plazo. Este último es el caso de Ros, quien tiene su energía dirigida a las tareas de cuidado y no encuentra valor a la definición de metas más allá de las necesidades inmediatas. Por su parte, en cuanto a la falta de actividades con impacto, es posible identificar

que el no contar con alguna tarea que tenga un efecto claro en el aquí y ahora también refuerza aspectos como las emociones negativas y la percepción de estancamiento, en tanto el hacer cosas que no reflejan transformaciones evidentes alimenta la idea de que no se es un aporte.

Capacidad de adaptación

Con respecto a su capacidad de adaptación, uno de los aspectos clave para sostener un propósito es el *tener metas*, las cuales frecuentemente se vinculan con las tareas de cuidado. En ese sentido, la *preocupación por el bienestar de otros/as integrantes del hogar* permite definir un propósito y tareas claras, las cuales giran principalmente en torno al cuidado de los/as nietos/as y de personas enfermas, tales como asegurar su alimentación, apoyar en la realización de tareas domésticas, asegurar actividades de ocio, generar ingresos extra para asegurar la cobertura de sus necesidades, entre otras.

En una línea similar, contar con un *trabajo con impacto*, donde puedan observarse con cierta claridad las oportunidades de transformación, permite que la persona defina una ruta y funcione en torno a un propósito. Este es el caso de Daniela, quien ve en su trabajo como profesora una oportunidad para evitar que sus estudiantes tomen malas decisiones y malos caminos en su vida, a la vez que puede reforzar en ellos el interés que ya tienen por el cuidado del medioambiente, lo que se ajusta a sus creencias personales sobre la relevancia de las conductas proambientales. Esto permite que, aun cuando tenga imprevistos (ej. mala calidad de internet), su propósito no se desmorone.

Por último, otro aspecto es contar con *roles con objetivos predefinidos*, es decir, que el objetivo del “cargo” se convierte en el propósito personal. El caso de Daniela puede ser claro, en tanto el propósito formador de docente es comprendido también como su propósito personal para con sus estudiantes, pero también se suma Rosa, quien define su propósito en torno a servir a la parroquia haciendo las tareas que le corresponden en su rol como sacristana.

Capacidad de respuesta

En lo que respecta a la capacidad de respuesta, uno de los aspectos clave es *ejecutar tareas que permitan asegurar el bienestar de otros/as*, es decir, llevar a la práctica respuestas que permitan satisfacer el propósito de cuidado. Esto refiere a casos como adquirir y aprender a usar artefactos que le permitan preparar comida para vender y tener ingresos para el hogar, el hacerse cargo de preparar comidas para los/as nietos/as, el realizar tareas domésticas para disminuir las labores que alguien más debía realizar, entre otras.

También está el *aprender sobre las nuevas tecnologías*. En este caso, el fin puede estar orientado a satisfacer necesidades propias, tales como descargar música, aprender más sobre el tema y establecer contacto con amistades, aprender a usar teléfonos y televisores por gusto personal, entre otros; o para satisfacer necesidades de otros, tales como aprender a usar artefactos para el ocio de terceros, investigar y diseñar actividades para trabajar con estudiantes, etc.

Por último, está la *capacidad de identificar problemas que impiden alcanzar su propósito* y hacer algo al respecto, tal como ocurre, por ejemplo, cada vez que se adquieren artefactos o conocimientos con el fin de satisfacer las necesidades de cuidado. Uno de esos casos es Roberta, quien con el fin de generar más ingresos para su hogar empezó a vender comida, pero al ver que su producción no era lo suficientemente eficiente, decidió adquirir nuevos electrodomésticos; también el caso de Daniela, donde se identifica la necesidad de aprender a utilizar plataformas como zoom, el investigar más sobre temas ambientales para sus estudiantes y el lidiar con un internet inestable, cosas que enfrentó con el fin de cumplir con su propósito.

Tabla 7

Factores de vulnerabilidad psicosocial asociados al impacto de la pobreza energética en el propósito en la vida

SENSIBILIDAD	ADAPTACIÓN	RESPUESTA
<ul style="list-style-type: none">• Emociones negativas sobre la vida que se lleva• Percepción de estancamiento• Falta de metas y actividades con impacto	<ul style="list-style-type: none">• Tener metas (frecuentemente son tareas de cuidado)• Preocupación por el bienestar de integrantes del hogar• Roles con objetivos predefinidos	<ul style="list-style-type: none">• Ejecutar tareas que permitan asegurar el bienestar de otros/as• Aprender sobre nuevas tecnologías• Actuar ante los problemas que impiden alcanzar un propósito

Nota: (M) indica las conductas maladaptativas.

Elaboración propia.

Discusión y conclusiones

Tal como se ha revisado, es posible identificar que la pobreza energética tiene efectos diferenciados en las distintas dimensiones del bienestar psicosocial de las personas mayores, y que estas últimas también tienen propensiones y estrategias distintas ante este fenómeno, las que en conjunto modulan el impacto final que este problema puede tener sobre el hogar.

El rol modulador de la resiliencia y la sensibilidad

La capacidad de adaptación y respuesta de las personas mayores ante las distintas dificultades que presenta la pobreza energética contiene un abanico de distintas estrategias, las cuales en ocasiones tienen un rol compensatorio de ciertas sensibilidades, ya sea que se estén “implementando” con ese fin o no.

Por ejemplo, la *percepción de falta de competencias* es un factor que vuelve más sensibles a las personas en distintas dimensiones del bienestar, desde distintas ópticas, mientras que casos donde las personas realizan una *evaluación de las*

propias capacidades antes de actuar tienen resultados positivos en términos emocionales, de autoaceptación y de seguridad (por no tomar acciones irresponsables). Esto último ocurre en tanto quienes realizan dichas evaluaciones reconocen que no son capaces de hacerlo todo, que eso no está mal, y gracias a ello igual pueden tomar acciones para solucionar sus problemas, tales como pedir ayuda a las personas que sean pertinentes a la situación. Lo anterior puede ser visto como una oportunidad, ya que esta estrategia (evaluar sus capacidades) podría interactuar con la percepción de falta de competencias que vuelve a las personas más sensibles ante la pobreza energética y sus efectos sobre el bienestar. Incentivar que la evaluación de las propias capacidades sea un proceso habitual y consciente podría facilitar que las personas reconozcan que sí tienen capacidades que han adquirido con el tiempo, que sí pueden seguir aprendiendo y que, al mismo tiempo, también es normal no saber ni poder hacerlo todo y pedir ayuda.

Estimular ese tipo de ideas también puede facilitar el enfrentar situaciones donde existe un *maltrato del entorno* (“falta de paciencia”) cuando las personas mayores solicitan apoyo. En este caso, el objetivo también estaría en que tanto las personas mayores como su entorno logren asumir que está bien no saberlo todo y que, aun cuando no entiendan con rapidez, eso no implica que exista un problema o incapacidad que restrinja su habilidad de aprender. Contrarrestar la dinámica de malos tratos es clave, ya que en la práctica propician que las personas *dejen de pedir ayuda*, lo que puede derivar en situaciones en las que las dificultades nunca se resuelvan, empeoren o que, en un intento de resolverlas de otra manera, existan consecuencias negativas, siendo el costo potencial demasiado alto para ser considerado beneficioso (Juhola et al., 2016).

Por otro lado, también hay dinámicas donde la capacidad de adaptación en una dimensión de bienestar dialoga indirectamente con la sensibilidad de otra. Un ejemplo de esto es el vínculo que puede establecerse entre el *apego a tecnologías tendientes a la obsolescencia*, observada como sensibilidad en “Control del entorno”, y el *deseo de aprender cosas nuevas*, contemplado como adaptación en

“Crecimiento personal”. En este caso, aprovechar el deseo de aprender para incentivar el uso de artefactos como la radio en formatos alternativos (por ejemplo, saber usarla en el celular y no sólo en la radio en sí) podría ser beneficioso para lidiar con los problemas que pueda sufrir este servicio ante un imprevisto, como un corte de luz, ya que otorgaría mayor flexibilidad y redundancia a la capacidad de respuesta de las personas mayores ante este inconveniente (Urquiza & Billi, 2020). Algo similar ocurre entre el *deseo de lograr cosas nuevas*, la *percepción de tener un potencial por alcanzar* (ambos adaptación en “Crecimiento personal”) y el *cuidado de personas enfermas* (también sensibilidad), particularmente en el caso del hogar que es altamente dependiente del televisor como medio de ocio para la persona que recibe cuidados: si se aprovecha el deseo de lograr cosas nuevas y la idea de que se tiene la capacidad de lograr más cosas, es posible estimular el aprendizaje de otras estrategias, o el uso de otros artefactos, que aumenten la diversidad de alternativas disponibles para responder ante imprevistos como cortes de suministro (Urquiza & Billi, 2020).

La importancia de derribar los estereotipos del envejecimiento para evidenciar inequidades de género

El discurso de la vejez como etapa de estancamiento del desarrollo aumenta la sensibilidad de las personas a ver afectadas distintas dimensiones de su bienestar (ej. su autoaceptación, autonomía, propósito, etc.), pero al mismo tiempo, adherir a esta idea permite lidiar con los sentimientos negativos que produce el no lograr adquirir nuevas capacidades, en tanto la culpa no se atribuye a la voluntad de la persona, sino que a la vejez en sí misma, factor que está fuera de su control. En ese sentido, el error fundamental de atribución (Ross et al., 1977) no sólo naturaliza el estancamiento, sino que también desincentiva la toma de acciones por parte de la persona y el entorno, restando a todos la responsabilidad de construir contextos seguros, de confianza y confortables que generen condiciones óptimas para el desarrollo y aprendizaje de la gente mayor (Salech et al., 2020).

De esta manera, los estereotipos de estancamiento sobre la vejez hacen daño a quienes los cargan y propician el desarrollo de estrategias maladaptativas basadas en supuestos errados. Sin embargo, también pueden ser, inconscientemente, una “buena excusa” para evitar ciertos esfuerzos, ya que en la medida que exista la desesperanza (*da igual que lo intente, nada va a cambiar*), pero a la vez alguien que se haga cargo de las tareas consideradas inabordables, no se identifica fácilmente un motivo por el cual intentar revertir esta condición que parece ser inalienable a la vejez, aun cuando esta inacción pueda afectar a otras personas del entorno.

En particular, esto se observa en la dinámica de los hogares donde existe una distribución desigual de las responsabilidades, y es que actuar en consecuencia con la premisa del estancamiento para evitar emociones negativas (*no voy a intentarlo porque sé que no lo voy a lograr*), también aumenta -o al menos, no disminuye- la sobrecarga de labores domésticas de quienes no consideran que su edad sea impedimento para aprender y actuar, lo que frecuentemente ocurre con las mujeres, quienes están tradicionalmente relegadas a las tareas del hogar (Amigo-Jorquera et al., 2019).

En ese sentido, observar la vejez desde una óptica que supere los supuestos errados es una oportunidad para visibilizar que sí se pueden hacer cambios, que todos/as son responsables de participar en ellos y que, mientras no se hagan, se potencian situaciones que son dañinas tanto para la experiencia interna de cada persona mayor como para el entorno que lidia con sus consecuencias. Así, la perspectiva de la psicogerontología comunitaria otorga una herramienta valiosa, en tanto parte de la premisa de la multidimensionalidad de la vejez, reconociendo el rol de las condiciones de su entorno y su carácter situado temporal y espacial, superando la idea de la responsabilidad del cambio centrada en el individuo (Parales, 2010).

De la preocupación a la maladaptación

En línea con lo anterior, la preocupación por el bienestar del resto puede ser un arma de doble filo. Por un lado, puede propiciar respuestas empáticas donde se tomen medidas orientadas a asegurar el bienestar del resto y transmitir conocimientos que puedan ayudarles a preservar su propio bienestar en el futuro, sin embargo, cuando se da en contextos donde hay una sobrecarga de las labores de cuidado en una sola persona, puede facilitar la normalización de la distribución desigual de tareas, así como el sacrificar necesidades personales por las del resto, en tanto se le ve como una cuestión de amor y "estar siempre para el otro". Lo anterior es peor en escenarios donde no existen relaciones respetuosas y recíprocas donde el resto del hogar reconozca y respete las necesidades de quien se encarga de las labores domésticas, en tanto puede preservar esta dinámica de una manera más coercitiva.

Esto facilita la constitución de los fenómenos de habituación y resignación, donde no se cuestiona esta situación o, aun siendo cuestionada, no se realizan esfuerzos activos para realizar cambios ya que no se espera que estos ocurran. A su vez, esto también puede ir acompañado del temor a la desocupación, el cual es relatado en esta investigación como una experiencia que produce emociones negativas y que es evitada activamente buscando más tareas de cuidado.

Se sabe que la sobrecarga de labores domésticas trae consecuencias negativas particularmente para las mujeres (Amigo-Jorquera et al., 2019; Oyarzún Ruiz et al., 2022), por lo que cobra relevancia buscar estrategias que permitan resignificar la idea tras el cuidado incondicional a expensas del bienestar personal, al igual que implementar medidas de apoyo para mujeres cuidadoras que no cuentan con alguien más en el hogar. Dentro de las medidas identificadas en el sector público existen algunas vinculadas al apoyo en labores de cuidado, pero existe una orientación hacia los recintos públicos de larga estadía, lo cual puede ser contraproducente para el bienestar de las personas en la medida que la gente mayor tiene un apego particular por su propia vivienda (Comunicaciones FAU, 2020).

Por otro lado, cuando la sobrecarga es una “elección” dado el miedo a la desocupación, puede ser útil considerar las ventajas de que las personas mayores tengan la oportunidad de realizar un abanico más amplio de actividades, con el fin de definir propósitos de vida distintos al cuidado, de manera que, aun cuando estas labores disminuyan, aún existan metas hacia las cuales dirigir las energías sin necesidad de sobrecargarse con tareas. Esto permite aprovechar el aporte que el entorno e integración social tienen sobre el bienestar de las personas mayores y su desarrollo (Salech et al., 2020).

Tomar medidas que permitan que las personas mayores se ocupen, ya sea tomando consciencia de sus propias necesidades y/o descubriendo otras oportunidades para usar su tiempo libre, podría potencialmente romper el círculo, identificar la distribución desigual de tareas, las incapacidades empáticas del resto y buscar activamente hacer cambios, así como también reconocer que, si bien no es malo preocuparse, sí lo es sobrecargarse y sacrificarse.

Otras dimensiones de la salud y otros compañeros en el hogar

En la literatura se enlista una serie de enfermedades de salud física y mental asociadas a la pobreza energética (Oyarzún Ruiz & Espinoza, 2020), sin embargo, estos no contemplan casos como los observados en esta investigación: problemas de termorregulación, problemas visuales/oculares y salud de la piel. En ese sentido, evidenciar que existen más enfermedades que también influyen en cómo se desarrollan las dinámicas energéticas en el hogar permite abrir el abanico de opciones e invita a explorar de manera más abierta estas situaciones. En esta ocasión, considerarlas permitió evidenciar que también son situaciones que tienen la capacidad de movilizar al entorno cuando existe una *capacidad de trabajo en equipo y empatía*, y lo más interesante es que, aun cuando el hogar sacrifica una necesidad (ej. encender la estufa) por el bienestar de una persona, igual es capaz de identificar medidas compensatorias para responder ante el problema que enfrentan (ej. el frío), lo que resalta la importancia de la existencia de estrategias o

“trucos” (Hargreaves & Longhurst, 2018) junto con dinámicas recíprocas y empáticas entre los/as integrantes del hogar (Hargreaves & Middlemiss, 2020)

Por otro lado, está el caso de la relación de las personas mayores con sus mascotas, tema que también puede merecer mayor exploración, en tanto son un factor que enriquece el entorno y que potencialmente podría permitir aportar a la construcción de otras dinámicas. Preliminarmente, las experiencias relatadas muestran que existe una capacidad de las personas mayores por preocuparse de otros, identificando maneras alternativas de comunicarse cuando no puede hacerse mediante las palabras, y que la imposibilidad de que sea una relación de cuidado equivalente y recíproca no es impedimento para tomar acciones que puedan ayudarles. Lo anterior podría, por ejemplo, ayudar a resaltar el hecho de que cuando las relaciones son entre humanos sí existe la oportunidad de “dar y recibir”, por lo que esperar que así sea no es descabellado (como sí sería esperarlo de una mascota), pero es un tema que queda pendiente para exploración futura.

Reflexiones finales

La pobreza energética es un fenómeno que tiene efectos en el día a día de las personas, aun cuando estas no sean conscientes de ello. El uso de servicios energéticos para la satisfacción de necesidades propias y del resto, las dificultades en torno a su uso y las condiciones de vulnerabilidad psicosocial de las personas configuran en su conjunto los impactos que este problema tiene sobre el bienestar psicosocial.

Observar la interacción que existe entre los factores de sensibilidad y resiliencia puede orientar hacia qué caminos seguir con el fin de disminuir la vulnerabilidad ante la pobreza energética, teniendo claridad además de qué dimensiones de su vida diaria están comprometidas. A su vez, esto da señales de qué aspectos pueden ser profundizados para un abordaje más profundo, contemplando siempre la importancia de comprender la pobreza energética, la vulnerabilidad y la vejez como conceptos multidimensionales y complejos.

El rol de las relaciones con otros cumple un papel significativo, no sólo dentro de esa misma dimensión de bienestar, sino que también interactúa ampliamente con otras como autonomía, autodeterminación y control del entorno. Esto resulta de particular interés en tanto permite relevar el hecho de que la vejez es un proceso complejo, que no se vive sólo internamente y de manera solitaria, sino que se construye con los distintos elementos de su entorno, siendo las dinámicas interpersonales en el hogar algo significativo. Esto da luces de la importancia de concientizar sobre lo significativo que puede ser el efecto de estas relaciones, particularmente en contextos donde se enfrentan desafíos que exponen el bienestar de las personas, tales como la pobreza energética. En ese sentido, concientizar a la población es una tarea necesaria que debe llevarse a cabo asegurándose de que la información llegue también a las personas mayores por medios que sí les sean accesibles.

A pesar de lo anterior, vale mencionar que la definición de “Relaciones positivas con otros”, otorgada por esta conceptualización de bienestar psicológico, resultó tener limitaciones a la hora de observar la información, dado que los criterios que utiliza para evaluar esta dimensión parecen ser ciegos a la dinámica de relaciones en el contexto doméstico, motivo por el cual no aborda de manera clara casos donde hay claras desigualdades en las distribuciones de tareas. En ese sentido, si bien la información fue revisada y aun así fue posible identificar su relevancia, se vuelve relevante revisar los reales alcances que puede tener la escala utilizada y evaluar la necesidad de generar algún tipo de adaptación a la misma.

Por otro lado, dimensiones como el crecimiento personal y el propósito en la vida también pueden verse afectados por la pobreza energética, aunque el vínculo tiene menor nitidez que en los otros casos, posiblemente debido a qué tan sencillo es hacer el vínculo explícito de dicha dimensión con el uso de energéticos. A pesar de lo anterior, el contenido develado por estas pone de relieve cómo el romper con los estereotipos negativos de la vejez, como el estancamiento, es fundamental para posibilitar la ejecución de otras estrategias en las demás dimensiones.

Todo lo anterior puso en evidencia elementos que ya estaban presentes en la literatura, pero al mismo tiempo algunos no se observan, al menos, de manera explícita (como los sentimientos de soledad), mientras que también emergieron aspectos nuevos, como el impacto que puede tener la tenencia de mascotas en las dinámicas de uso de la energía en el hogar, las estrategias que emergen ante condiciones de salud que se escapan del rango respiratorio/cardiovascular/reumático, el proceso de obsolescencia que empiezan a sufrir los dispositivos que utilizan habitualmente y los potenciales efectos que esto puede tener en su bienestar, entre otros.

Dentro de las limitaciones de esta investigación, es posible mencionar que la exploración en profundidad de las dimensiones de bienestar y vulnerabilidad podría verse beneficiada de contar con una muestra más amplia y diversa, pero a pesar de lo anterior, acá se presenta una primera exploración para conocer elementos novedosos que pueden ser de interés. Otro de los aspectos desafiantes de este proceso es que hablar de pobreza energética y la propia situación de vulnerabilidad implica encontrarse con ciertas resistencias por parte de los/as entrevistados/as, motivo por el cual el relato obtenido mediante la metodología de esta investigación podría verse enriquecido por más instancias de conversación, con una revisión más profunda de los aspectos de interés que emergieron en este primer proceso exploratorio.

Se espera que este proceso aporte a la búsqueda de estrategias para la superación de la pobreza energética, así como también a los esfuerzos por mejorar las condiciones de vida de grupos vulnerables, como lo son las personas mayores.

Referencias

- Abate, J. (2016). Chile, país viejo. *Advanced Center for Chronic Diseases*.
<https://www.accdis.cl/eng/chile-pais-viejo/>
- Adger, W. N. (2006). Vulnerability. *Global Environmental Change*, 16(3), 268–281.
<https://doi.org/10.1016/J.GLOENVCHA.2006.02.006>
- Agencia de Sostenibilidad Energética. (s.f.). *Leña Más Seca Convocatoria Especial Maquinarias*. Mini sitio. Recuperado el 20 de marzo de 2023 desde
<https://www.agenciase.org/lenamasseca/>
- Amigo-Jorquera, C., Guerrero-González, M. J., Sannazzaro, J., & Urquiza-Gómez, A. (2019). Does energy poverty have a female face in Chile? *Tapuya: Latin American Science, Technology and Society*, 2(1), 378–390.
<https://doi.org/10.1080/25729861.2019.1608038>
- Anderson, W., White, V., & Finney, A. (2012). Coping with low incomes and cold homes. *Energy Policy*, 49, 40–52. <https://doi.org/10.1016/j.enpol.2012.01.002>
- Ballesteros-Arjona, V., Oliveras, L., Bolívar Muñoz, J., Olry de Labry Lima, A., Carrere, J., Martín Ruiz, E., Peralta, A., Cabrera León, A., Mateo Rodríguez, I., Daponte-Codina, A., & Marí-Dell’Olmo, M. (2022). What are the effects of energy poverty and interventions to ameliorate it on people’s health and well-being?: A scoping review with an equity lens. *Energy Research and Social Science*, 87. <https://doi.org/10.1016/J.ERSS.2021.102456>
- Battamo, A. Y., Varis, O., Giesy, J. P., Oba, B. T., Aborisade, M. A., Sun, P., Yang, Y., & Zhao, L. (2022). A framework for assessing freshwater vulnerability along China’s Belt and Road Initiative: An exposure, sensitivity and adaptive capacity approach. *Environmental Science and Policy*, 132, 247–261.
<https://doi.org/10.1016/J.ENVSCI.2022.03.001>
- Biblioteca del Congreso Nacional de Chile [BCN]. (2023). *Reportes Estadísticos 2023 de Quinta Normal*. BCN. Biblioteca del Congreso Nacional de Chile.

https://www.bcn.cl/siit/reportescomunales/comunas_v.html?anno=2023&idcom=13126

Birren, James, & Cunningham, W. R. (1985). Research on the psychology of aging: Principles, concepts and theory. In J Birren & W. Schaie (Eds.), *Handbook of the psychology of aging, 2nd ed.* (pp. 3–34). Van Nostrand Reinhold Company. <https://psycnet.apa.org/record/1985-98143-001>

Boardman, B. (1991). *Fuel poverty: From cold homes to affordable warmth*. Belhaven Press.

Bolton, E., Bookbinder, R., Middlemiss, L., Hall, S., Davis, M., & Owen, A. (2023). The relational dimensions of renovation: Implications for retrofit policy. *Energy Research and Social Science*, 96, 102916. <https://doi.org/10.1016/j.erss.2022.102916>

Cabib, I., Araos, C., Palma, J., & Yopo Díaz, M. (2022). Long-term trajectories of intergenerational coresidence: Evidence of living arrangements patterns in Chile. *Family Relations*. <https://doi.org/10.1111/FARE.12723>

Cámara Chilena de la Construcción [CCHC]. (2019). *Balance de vivienda y entorno urbano*.

Camprubí, L., Malmusi, D., Mehdipanah, R., Palència, L., Molnar, A., Muntaner, C., & Borrell, C. (2016). Façade insulation retrofitting policy implementation process and its effects on health equity determinants: A realist review. *Energy Policy*, 91, 304–314. <https://doi.org/10.1016/j.enpol.2016.01.016>

Canales, M. (2006). *Metodologías de investigación social*. LOM.

Carrillo Pineda, M., Leyva-Moral, J. M., & Medina Moya, J. L. (2011). El análisis de los datos cualitativos: Un proceso complejo. *Index de Enfermería*, 20(1–2), 96–100. <https://doi.org/10.4321/s1132-12962011000100020>

Centro de Ciencia del Clima y la Resiliencia (CR)2. (2018). Marco de evaluación de

la vulnerabilidad. Fondap 1511009. http://www.cr2.cl/wp-content/uploads/2019/06/MARCO_VULNERABILIDAD_CR2_2018.pdf

Clair, A., & Baker, E. (2022). Cold homes and mental health harm: Evidence from the UK Household Longitudinal Study. *Social Science & Medicine*, 314, 115461. <https://doi.org/10.1016/J.SOCSCIMED.2022.115461>

Comunicaciones FAU. (2020). *Pensiones, salud, vivienda y soledad: las grandes problemáticas que nos obstaculizan el envejecer dignamente*. <https://www.uchile.cl/noticias/160823/pensiones-salud-vivienda-y-soledad-las-grandes-problematicas-que-no>

Cotter, N., Monahan, E., McAvoy, H., & Goodman, P. (2012). Coping with the cold - Exploring relationships between cold housing, health and social wellbeing in a sample of older people in Ireland. *Quality in Ageing and Older Adults*, 13(1), 38–47. <https://doi.org/10.1108/14717791211213607>

De la Paz, V. (2021). *Asesoría técnica parlamentaria: aislamiento térmico de las viviendas*. https://www.bcn.cl/asesoriasparlamentarias/detalle_documento.html?id=79673

Diario Financiero. (2023). Mesa generada en discusión de ley por estabilización de cuentas de la luz define plan de acción 2023-2030 para la protección tarifaria y pobreza energética. *Noticia Web*. <https://www.df.cl/empresas/energia/mesa-generada-en-discusion-de-ley-por-estabilizacion-de-cuentas-de-la>

Diario UChile. (2017). *El drama de los electrodependientes: Cuando el corte de luz es vital*. Noticia web. <https://radio.uchile.cl/2017/07/20/el-drama-de-los-electrodependientes-cuando-el-corte-de-luz-es-vital/>

Diario UChile. (2021). Director de Chiledeudas.cl: “Los adultos mayores no tienen cómo poder solventar sus gastos”. *Noticia Web*. <https://radio.uchile.cl/2021/01/17/director-de-chiledeudas-cl-los-adultos-mayores-no-tienen-como-poder-solventar-sus-gastos/>

- Durán, G., & Kremerman, M. (2020). Los Verdaderos Sueldos de Chile. In *Documentos de trabajo del área de salarios y desigualdad* (Issue August). <https://fundacionsol.cl/blog/estudios-2/post/los-verdaderos-sueldos-de-chile-2020-6700>
- Eisfeld, K., & Seebauer, S. (2022). The energy austerity pitfall: Linking hidden energy poverty with self-restriction in household use in Austria. *Energy Research and Social Science*, 84(November 2021), 102427. <https://doi.org/10.1016/j.erss.2021.102427>
- El Ansari, W., & El-Silimy, S. (2008). Are fuel poverty reduction schemes associated with decreased excess winter mortality in elders? A case study from London, UK. *Chronic Illness*, 4(4), 289–294. <https://doi.org/10.1177/1742395308090620>
- Estevez, A., Serreone, S., & Morinaroli, G. (2011). Vulnerabilidad psicosocial, resiliencia y trauma: Breve revisión conceptual. *Memoria Académica*, 219–225. http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.1548/ev.1548.pdf
- García Ochoa, R., & Graizbord, B. (2016). Caracterización espacial de la pobreza energética en México.: Un análisis a escala subnacional. *Economía, Sociedad y Territorio*, Vol. 16, Nº. 51 (mayo-agosto), 2016, Págs. 289-337, 16(51), 289–337. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6585337&info=resumen&idioma=ENG>
- Grave, I., Bojórquez-Tapia, L. A., Estrada-Barón, A., Nelson, D. R., & Eakin, H. (2022). Analytic hierarchy process and sensitivity analysis implementation for social vulnerability assessment: A case study from Brazil. *Journal of Multi-Criteria Decision Analysis*, 29(5–6), 381–392. <https://doi.org/10.1002/MCDA.1782>
- Haddad, S., Paolini, R., Synnefa, A., De Torres, L., Prasad, D., & Santamouris, M. (2022). Integrated assessment of the extreme climatic conditions, thermal performance, vulnerability, and well-being in low-income housing in the

- subtropical climate of Australia. *Energy and Buildings*, 272, 112349.
<https://doi.org/10.1016/J.ENBUILD.2022.112349>
- Hargreaves, T., & Longhurst, N. (2018). *The lived experience of energy vulnerability among social housing tenants: Emotional and subjective engagements*.
<https://uea3s.files.wordpress.com/2018/12/hargreaves-longhurst-3s-wp-2018-321.pdf>
- Hargreaves, T., & Middlemiss, L. (2020). The importance of social relations in shaping energy demand. *Nature Energy*, 5(3), 195–201.
<https://doi.org/10.1038/s41560-020-0553-5>
- Herrera, M. S., Galkuté, M., Fernández, M. B., & Elgueta, R. (2022). Grandparent-grandchild relationships, generativity, subjective well-being and self-rated health of older people in Chile. *Social Science & Medicine*, 296, 114786.
<https://doi.org/10.1016/J.SOCSCIMED.2022.114786>
- Huenchuan, S. (2018). *Envejecimiento, personas mayores y Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible: Perspectiva regional y de derechos humanos*.
https://www.saludenlazos.com.ar/images/campus/S1800629_es.pdf
- ICARE. (2020). *Los adultos mayores en Chile prácticamente no tienen alfabetización digital: Jacqueline Sepúlveda expuso las consecuencias para la salud de no poseer estas habilidades*. <https://www.icare.cl/contenido-digital/alfabetizacion-digital-sepulveda/>
- Instituto Nacional de Estadísticas [INE]. (2019). *Estimaciones y proyecciones de la población de Chile 2002-2035 Totales regionales, Poblacion Urbana y Rural*.
https://www.ine.cl/docs/default-source/proyecciones-de-poblacion/publicaciones-y-anuarios/base-2017/ine_estimaciones-y-proyecciones-2002-2035_base-2017_reg_área_síntesis.pdf?sfvrsn=aaeb88e7_5
- Instituto Nacional de Estadísticas [INE]. (2021). *Conozca cuáles son las comunas*

100% urbanas y 100% rurales del país. Noticia Web.
<https://www.ine.gob.cl/sala-de-prensa/prensa/general/noticia/2021/09/13/conozca-cuáles-son-las-comunas-100-urbanas-y-100-rurales-del-país>

Juhola, S., Glaas, E., Linnér, B. O., & Neset, T. S. (2016). Redefining maladaptation. *Environmental Science and Policy*, 55, 135–140.
<https://doi.org/10.1016/J.ENVSCI.2015.09.014>

Lewis, P. (1982). *Fuel poverty can be stopped*. National Right to Fuel Campaign.

Li, X., Yang, H., & Jia, J. (2022). Impact of energy poverty on cognitive and mental health among middle-aged and older adults in China. *Humanities and Social Sciences Communications*, 9(1). <https://doi.org/10.1057/S41599-022-01276-4>

Luna, F. (2008). Vulnerabilidad: la metáfora de las capas. *Jurisprudencia Argentina*, 4(1), 60–67.

Martínez, V. (2006). *El enfoque comunitario. El desafío de incorporar a la comunidad en las intervenciones sociales*. Magíster en Psicología Comunitaria, Universidad de Chile.

Martínez, Y., Mata, S., & Vega, M. (2020). *Diagnóstico sobre las brechas de inclusión digital en Chile*.

Maxwell, J. (2019). *Diseño de investigación cualitativa*. Gedisa Editorial.

Mayring, P. (2004). Qualitative content analysis. In U. Flick, V. Kardorff, & I. Steinke (Eds.), *A Companion to Qualitative Research* (pp. 266–269). Sage.

Middlemiss, L., & Gillard, R. (2015). Fuel poverty from the bottom-up: Characterising household energy vulnerability through the lived experience of the fuel poor. *Energy Research and Social Science*, 6, 146–154.
<https://doi.org/10.1016/j.erss.2015.02.001>

Ministerio de Eenergía. (2022). *Ministro de Energía encabeza Mesa Estratégica para*

enfrentar Pobreza Energética. Publicación Web.
<https://energia.gob.cl/noticias/nacional/ministro-de-energia-encabeza-mesa-estrategica-para-enfrentar-pobreza-energetica>

Ministerio de Energía. (s.f.-a). *Programa Con Buena Energía.* Publicación Web. Recuperado el 20 de marzo de 2023 desde <https://www.mienergia.cl/oportunidades-y-beneficios/programa-con-buena-energia>

Ministerio de Energía. (s.f.-b). *Recambia tu Calor.* Publicación Web. Recuperado el 20 de marzo de 2023 desde <https://www.recambiatucalor.cl/>

Ministerio de Energía. (s.f.-c). *Ruta de la Luz.* Mini Sitio. Recuperado el 20 de marzo de 2023 desde <https://energia.gob.cl/mini-sitio/ruta-de-la-luz>

Ministerio de Energía. (2021). *Acceso equitativo a la energía sostenible: Políticas públicas para combatir la pobreza energética.* www.energia.gob.cl

Ministerio de Energía. (2022a). *Entra en vigencia la Ley Lucas Riquelme para personas electrodependientes | Ministerio de Energía.* <https://energia.gob.cl/noticias/nacional/entra-en-vigencia-la-ley-lucas-riquelme-para-personas-electrodependientes>

Ministerio de Energía. (2022b). *Ley 21.304 sobre suministro de electricidad para personas electrodependientes.* <https://www.bcn.cl/leychile/navegar?idNorma=1154423>

Ministerio de Medio Ambiente. (2023). *Recambio de Calefactores.* Mini Sitio. <https://calefactores.mma.gob.cl/>

Ministerio de Vivienda y Urbanismo. (s.f.-a). *Beneficios vivienda: programa rural.* Recuperado el 20 de marzo de 2023 desde <https://www.minvu.gob.cl/beneficios/programa-rural/>

Ministerio de Vivienda y Urbanismo. (s.f.-b). *Mejorar vivienda y barrio - Hogar Mejor.*

Publicación Web. Recuperado el 20 de marzo de 2023 desde <https://www.minvu.gob.cl/beneficios/mejorar-vivienda-y-barrio/>

Muñoz Arroyave, C. O., Cardona Arango, D., Restrepo-Ochoa, D. A., Calvo, A. C., Muñoz Arroyave, C. O., Cardona Arango, D., Restrepo-Ochoa, D. A., & Calvo, A. C. (2022). Salud mental positiva: entre el bienestar y el desarrollo de capacidades. *CES Psicología*, *15*(2), 151–168. <https://doi.org/10.21615/CESP.5275>

O'Sullivan, K. C., Howden-Chapman, P. L., & Fougere, G. (2011). Making the connection: The relationship between fuel poverty, electricity disconnection, and prepayment metering. *Energy Policy*, *39*(2), 733–741. <https://doi.org/10.1016/j.enpol.2010.10.046>

Observatorio Social del Ministerio de Desarrollo Social y Familia. (2020). Documento de resultados CASEN 2017. Personas mayores, envejecimiento y cuidados. In *Ministerio de Desarrollo Social*.

Organización mundial de la salud [OMS]. (2018). Directrices de la OMS sobre vivienda y salud. In *Directrices de la OMS sobre vivienda y salud*. <https://doi.org/10.37774/9789275325674>

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2022). *Envejecimiento y salud*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/envejecimiento-y-salud>

Ormandy, D., & Ezratty, V. (2016). Thermal discomfort and health: protecting the susceptible from excess cold and excess heat in housing. *Advances in Building Energy Research*, *10*(1), 84–98. <https://doi.org/10.1080/17512549.2015.1014845>

Ortega González, D. (2018). Envejecimiento y trato hacia las personas mayores en Chile: una ruta de la desigualdad persistente. *Sophia Austral*, *22*, 223–246. <https://doi.org/10.4067/S0719-56052018000200223>

Oxford University Press. (s.f.-a). *Sensibility*. Oxford Learner's Dictionary.

<https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/sensibility?q=sensibility>

Oxford University Press. (s.f.-b). *Sensitivity*. Oxford Learner's Dictionary. <https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/sensitivity?q=sensitivity>

Oyarzún Ruiz, T., Araya Corail, N., Salinas Camus, M., Retamal Garrido, P., Acuña Salazar, P., & Valencia, A. C. (2022). En medio del cambio climático: desde los cuidados hacia la transformación del modelo. In V. Belemmi Baeza & S. Rivera Berkhoff (Eds.), *Economía en tiempos de crisis: perspectivas para la transición socioecológica en Chile* (pp. 100–147). Ediciones ONG FIMA.

Oyarzún Ruiz, T., & Espinoza, A. (2020). Salud física y mental de personas mayores que viven en pobreza energética. *Revista Sul-Americana de Psicología*, 8(1), 33–56. <https://doi.org/10.29344/2318650x.1.2225>

Oyarzún, T., & Espinoza, A. (2020). Salud física y mental, vejez y pobreza energética: una revisión de la literatura. *Revista Sul-Americana de Psicología*, 8(1), 33–56. <https://doi.org/10.29344/2318650x.1.2225>

Parales, C. J. (2010). El error fundamental en psicología: reflexiones en torno a las contribuciones de Gustav Ichheiser. *Revista Colombiana de Psicología*, 19(2), 161–175.

Peralta, A., Camprubí, L., Rodríguez-Sanz, M., Basagaña, X., Borrell, C., & Mari-Dell'Olmo, M. (2017). Impact of energy efficiency interventions in public housing buildings on cold-related mortality: a case-crossover analysis. *International Journal of Epidemiology*, 46(4), dyw335. <https://doi.org/10.1093/ije/dyw335>

Pérez-Fargallo, A., Bienvenido-Huertas, D., Rubio-Bellido, C., & Trebilcock, M. (2020). Energy poverty risk mapping methodology considering the user's thermal adaptability: The case of Chile. *Energy for Sustainable Development*, 58, 63–77. <https://doi.org/10.1016/J.ESD.2020.07.009>

- Pignatta, G., Chatzinikola, C., Artopoulos, G., Papanicolas, C. N., Serghides, D. K., & Santamouris, M. (2017). Analysis of the indoor thermal quality in low income Cypriot households during winter. *Energy and Buildings*, 152, 766–775. <https://doi.org/10.1016/J.ENBUILD.2016.11.006>
- Rathi, S. K., Chakraborty, S., Mishra, S. K., Dutta, A., & Nanda, L. (2022). A heat vulnerability index: Spatial patterns of exposure, sensitivity and adaptive capacity for urbanites of four cities of india. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(1). <https://doi.org/10.3390/IJERPH19010283>
- Red de Pobreza Energética [RedPE]. (s.f.). *Panel de Indicadores de Pobreza Energética en Chile*. Dashboard. Recuperado el 22 de marzo de 2023 desde <https://pobrezaenergetica.cl/panel-de-indicadores-de-pobreza-energetica-en-chile/>
- Red de Pobreza Energética [RedPE]. (2018). *Medir pobreza energética: alcances y limitaciones de indicadores internacionales para Chile*.
- Red de Pobreza Energética [RedPE]. (2019). Pobreza Energética. El acceso desigual a energía de calidad como barrera para el desarrollo en Chile. In *Policy Paper* (1st ed., Vol. 3). Vicerrectoría de Investigación y Desarrollo, Universidad de Chile.
- Red de Pobreza Energética [RedPE]. (2021). *¿Cómo medir pobreza energética?* www.pobrezaenergetica.cl
- Red de Pobreza Energética [RedPE], & Generadoras de Chile. (2022). *Reporte N°1: Una mirada multidimensional a la pobreza energética en Chile*.
- Rogers, B. C., Dunn, G., Hammer, K., Novalia, W., de Haan, F. J., Brown, L., Brown, R. R., Lloyd, S., Urich, C., Wong, T. H. F., & Chesterfield, C. (2020). Water Sensitive Cities Index: A diagnostic tool to assess water sensitivity and guide management actions. *Water Research*, 186, 116411.

<https://doi.org/10.1016/J.WATRES.2020.116411>

- Ross, L. D., Amabile, T. M., & Steinmetz, J. L. (1977). Social roles, social control, and biases in social-perception processes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35(7), 485–494. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.35.7.485>
- Ryff, C. D. (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99–104. https://doi.org/10.1111/1467-8721.EP10772395/ASSET/1467-8721.EP10772395.FP.PNG_V03
- Salech, F., Thumala, D., Arnold, M., Arenas, Á., Pizzi, M., Hodgson, N., Gajardo, J., Kose, S., Meriño, J., & Riveros, P. (2020). Una visión transdisciplinaria del envejecimiento. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 31(1), 13–20. <https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2019.11.011>
- Santamouris, M., & Kolokotsa, D. (2015). On the impact of urban overheating and extreme climatic conditions on housing, energy, comfort and environmental quality of vulnerable population in Europe. *Energy and Buildings*, 98, 125–133. <https://doi.org/10.1016/J.ENBUILD.2014.08.050>
- Satorres Pons, E. (2013). Bienestar psicológico en la vejez y su relación con la capacidad funcional y la satisfacción vital. In *Tesis Doctoral - Universidad De Valencia*. http://roderic.uv.es/bitstream/handle/10550/26298/envejecimiento_y_bienestar.pdf?sequence=1
- Sautu, R., Boniolo, P., Dalle, P., & Elbert, R. (2005). *Manual de metodología. Construcción del marco teórico, formulación de objetivos y elección de la metodología*. CLACSO - Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales.
- Senado. (2021). *Ley Lucas: conozca en qué consiste la norma que asegura el derecho a suministro eléctrico ininterrumpido - Senado - República de Chile*. <https://www.senado.cl/noticias/electricidad/ley-lucas-conozca-en-que-consiste-la-norma-que-asegura-el-derecho-a>
- Servicio Nacional del Adulto Mayor [SENAMA]. (s.f.-a). *Fondo de Servicios de*

- Atención de Vivienda al Adulto Mayor*. Recuperado el 27 de julio de 2021 desde <http://www.senama.gob.cl/vivienda>
- Servicio Nacional del Adulto Mayor [SENAMA]. (s.f.-b). *Programa Centros Diurnos del Adulto Mayor*. Recuperado el 21 de marzo de 2023 desde <https://www.senama.gob.cl/programa-centros-dia>
- Servicio Nacional del Adulto Mayor [SENAMA]. (s.f.-c). *Programa Cuidados Domiciliarios*. Recuperado el 21 de marzo de 2023 desde <https://www.senama.gob.cl/cuidados-domiciliarios>
- Servicio Nacional del Adulto Mayor [SENAMA]. (s.f.-d). *Programa Vínculos*. Recuperado el 21 de marzo de 2023 desde <https://www.senama.gob.cl/vinculos>
- Stewart, J., & Dhesi, S. (2016). Affordable warmth: Housing strategies for older people. *Housing, Care and Support*, 19(1), 23–31. <https://doi.org/10.1108/HCS-07-2015-0012>
- Strauss, A., & Corbin, J. (1998). *Basics of qualitative research. Techniques and procedures for developing grounded theory*. Sage Publications.
- Universidad Católica de Chile, & Caja Los Andes. (2020). *Chile y sus Mayores: V Encuesta Nacional de Calidad de Vida en la Vejez 2019*.
- Urquiza, A., Amigo, C., Billi, M., Calvo, R., Labraña, J., Oyarzún, T., & Valencia, F. (2019). Quality as a hidden dimension of energy poverty in middle-development countries. Literature review and case study from Chile. *Energy and Buildings*, 204, 109463. <https://doi.org/10.1016/J.ENBUILD.2019.109463>
- Urquiza, A., & Billi, M. (2020). *Seguridad hídrica y energética en América Latina y el Caribe: definición y aproximación territorial para el análisis de brechas y riesgos de la población*.
- Vázquez-Honorato, L. A., & Salazar-Martínez, B. L. (2011). Arquitectura, vejez y calidad de vida. Satisfacción residencial y bienestar social. *Journal of Behavior*,

Health & Social Issues, 2(2), 57–70. <https://doi.org/10.5460/jbhsi.v2.2.26791>

Von Uexkull, N., Croicu, M., Fjelde, H., & Buhaug, H. (2016). Civil conflict sensitivity to growing-season drought. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 113(44), 12391–12396. https://doi.org/10.1073/PNAS.1607542113/SUPPL_FILE/PNAS.201607542SI.PDF

Wolf, J., Adger, W. N., & Lorenzoni, I. (2010). Heat Waves and Cold Spells: An Analysis of Policy Response and Perceptions of Vulnerable Populations in the UK. *Environment and Planning A: Economy and Space*, 42(11), 2721–2734. <https://doi.org/10.1068/a42503>

Žuk, P., & Žuk, P. (2022). Energy ageism: The framework of the problem and the challenges of a just energy transition. *Environmental Innovation and Societal Transitions*, 43, 237–243. <https://doi.org/10.1016/J.EIST.2022.04.006>

Anexos

Anexo 1. Caracterización de la muestra

Hogar	Caracterización
Chana Fuentes	Mujer de 75 años. Pensionada a cargo de las tareas del hogar. Vive con su esposo y cuida a su nieto mientras su madre trabaja. También se hace cargo de visitar a sus padres para ayudarlos con las tareas domésticas. Sufre de psoriasis, dolores articulares y desprendimiento vítreo.
Daniela López	Mujer de 63 años. Profesora de enseñanza básica, pensionada y responsable de las tareas del hogar. Vive con su esposo, a quién debe cuidar porque sufre un deterioro neurocognitivo producto de un accidente cerebrovascular, quien, aunque conserva su movilidad y autonomía en distintas tareas, tiene periodos donde presenta conductas que pueden ser peligrosas. Ella sufre de asma, bochornos y problemas de circulación en sus piernas.
Nené Rojas	Mujer de 67 años. Pensionada, prepara pan de pascua para vender y se encarga de las tareas del hogar. Vive con su esposo y sus hijos, quienes trabajan en un negocio de comida que está en la misma casa. También cuida ocasionalmente a uno de sus nietos de 3 años. Sufre de dolores articulares.
Rosa Dueñas	Mujer de 68 años. Sacristana, pensionada y responsable de las tareas del hogar. Vive sola con una gata. Cuidaba a su suegra en casa, quien estaba postrada y era electrodependiente, pero falleció unos meses antes de la entrevista. Sufre de dolores articulares.
Tacher Reyes	Mujer de 75 años. Pensionada, recibe visitas de cuidado de unos familiares, quienes se encargan de la mayor parte de las tareas del hogar. Vive sola. Sufre de psoriasis, dolores articulares y movilidad reducida, por lo que se traslada con un andador ortopédico (“burrito”).
Nano Peña e Irene González	Hombre de 78 años y mujer de 72. Son un matrimonio, ambos pensionados. Él es ingeniero civil eléctrico y se hace cargo del mantenimiento eléctrico de la vivienda, mientras ella se hace cargo de las otras tareas del hogar. Ambos sufren de dolores articulares.

Brad Prado	Hombre 85 años. Pensionado. Vive con su pareja de 57 años, quien se hace cargo de las tareas del hogar. Sufre de problemas de circulación en las piernas que hacen que tenga frío constantemente.
Chavita Albornoz	Mujer de 83 años, pensionada a cargo de las tareas del hogar junto con su hija. Vive con su hija, su yerno y su nieta. Sufre de rosácea, dolores articulares y problemas de visión que en este momento le impiden moverse con normalidad, ya que rompió sus lentes para ver desde lejos.
Ros Díaz	Mujer de 66 años, pensionada, hace trabajos de costura y se encarga de las tareas del hogar. Vive con su esposo, quien se encuentra en un tratamiento contra el cáncer, por lo que también debe realizar tareas de cuidado dado que él no puede moverse con libertad ni realizar ciertas tareas.
Juan Pérez y Roberta Muñoz	Hombre de 75 años y mujer de 64 años. Ambos pensionados, ella prepara humitas y pastel de choclo para vender. Viven con cuatro hijos/as y sus respectivas parejas, más 3 nietos, sumando 13 personas en el hogar. Juan y Roberta se hacen cargo de cuidar a sus nietos cuando sus padres/madres están en el trabajo y los/as niños/as están enfermos/as o de vacaciones. Ambos sufren de dolores articulares y Juan lleva un marcapasos.

Anexo 2. Versión adaptada de encuesta de diagnóstico socioenergético del Programa de Inclusión Energética e Hídrica

I. Antecedentes generales del hogar

- ID Vivienda:
- Fecha:
- Dirección:
- Nombre entrevistado/a:
- Cantidad de habitantes de la vivienda:
- Cantidad de integrantes mayores de 60 años:
- Género de integrantes mayores de 60 años:

II. Antecedentes de salud

¿Alguna de las personas mayores de 60 años del hogar presenta alguna enfermedad que afecte significativamente sus habilidades cognitivas?

Indique el número de personas

¿Alguna de las personas mayores de 60 años del hogar presenta alguna enfermedad que afecte significativamente su habla y/o audición?

Indique el número de personas

III. Materialidad de la vivienda

¿En qué año fue construida la vivienda?

- a) Antes del 2000: 40% de los hogares
- b) Después del 2000: 60% de los hogares

¿Posee aislamiento térmico en los muros, techos y/o ventanas de la vivienda?

- a) No tiene
- b) Tiene en algunos sectores
- c) Tiene en la totalidad de los sectores
- d) No sabe

¿Percibe Ud. que la vivienda tiene pérdidas de calor en algún lugar específico?

- a) Puertas

- b) Ventanas
- c) Suelo
- d) Paredes
- e) Otro

IV. Antecedentes energéticos – Electricidad

¿El hogar dispone de energía eléctrica en su vivienda?

- a) Sí
- b) No

¿Experimenta comúnmente cortes de suministro debido a conexión de electrodomésticos?

- a) Sí
- b) No

¿Experimenta comúnmente cortes de suministro debido a motivos ajenos a su hogar?

- a) Sí
- b) No

¿Cuál ha sido la duración promedio de dichas interrupciones?

- a) Menos de 1 hora
- b) Entre 1 y 4 horas
- c) Más de 4 horas
- d) No sabe

IV. Antecedentes energéticos – Climatización

¿El hogar posee calefacción?

- a) Sí
- b) No

¿Qué tipo de calefacción utiliza?

- a) Estufa a leña
- b) Estufa a pellet
- c) Braser o similar

- d) Estufa a gas
- e) Estufa a parafina
- f) Estufa eléctrica
- g) Calefacción central a gas
- h) Otra

Durante el último invierno, ¿sintió frío al interior de su vivienda?

- a) Sí, solo en algunas habitaciones
- b) Sí, en la totalidad de las habitaciones
- c) No sentí frío al interior de la vivienda
- d) No sabe

En una escala del 1 al 10, ¿cuánto frío sintió en la vivienda durante el último invierno?

Indicar valor del 1 al 10 donde 1 es frío soportable y 10 es frío extremo

Durante el último verano, ¿sintió calor al interior de su vivienda?

- a) Sí, solo en algunas habitaciones
- b) Sí, en la totalidad de las habitaciones
- c) No sentí frío al interior de la vivienda
- d) No sabe

En una escala del 1 al 10, ¿cuánto calor sintió en la vivienda durante el último verano?

Indicar valor del 1 al 10 donde 1 es frío soportable y 10 es frío extremo

V. Antecedentes energéticos – Agua caliente sanitaria

¿El hogar posee ACS?

- a) Sí
- b) No

VI. Antecedentes energéticos – Cocción de alimentos

¿El hogar cuenta con acceso a cocina?

- a) Sí

b) No

¿Qué combustible ocupa para la cocción de alimentos?

- a) Gas licuado (cilindro)
- b) Gas por red (de cañería)
- c) Gas en cocinilla
- d) Parafina o petróleo
- e) Leña
- f) Carbón
- g) Electricidad
- h) Otra

Anexo 3. Resultados encuesta de diagnóstico socioenergético

Nombre entrevistado/a	N° habitantes de la vivienda	N° habitantes mayores de 60 años	Género persona mayor 1	Género persona mayor 2	¿Alguna de las personas mayores de 60 años del hogar presenta alguna enfermedad que afecte significativamente sus habilidades cognitivas? Indique cuántas.	¿Alguna de las personas mayores de 60 años del hogar presenta alguna enfermedad que afecte significativamente su habla y/o audición? Indique cuántas.
Chana Fuentes	2	2	Femenino	Masculino	0	0
Daniela López	2	2	Femenino	Masculino	1	0
Nené Rojas	3	2	Femenino	Masculino	0	0
Rosa Dueñas	1	1	Femenino		0	0
Tacher Reyes	1	1	Femenino		0	0
Nano Peña e Irene González	2	2	Masculino	Femenino	0	0
Brad Prado	2	1	Masculino		0	0
Chavita Albornoz	4	1	Femenino		0	0
Ros Díaz	2	2	Femenino	Masculino	0	0
Juan Pérez y Roberta Muñoz	13	2	Femenino	Masculino	0	0

Nombre entrevistado/a	¿En qué año fue construida la vivienda?	¿Posee aislamiento térmico en los muros, techos y/o ventanas de la vivienda?	¿Percibe Ud. que la vivienda tiene pérdidas de calor en algún lugar específico?
Chana Fuentes	Antes del 2000	No tiene	Puertas, Ventanas
Daniela López	Después del 2000	Tiene en algunos sectores	Puertas
Nené Rojas	Antes del 2000	No tiene	Puertas, Ventanas, Suelo, Paredes
Rosa Dueñas	Después del 2000	No sabe	Ventanas
Tacher Reyes	Antes del 2000	No tiene	Puertas, Ventanas
Nano Peña e Irene González	Después del 2000	Tiene en algunos sectores	Puertas, Ventanas
Brad Prado	Antes del 2000	No tiene	Puertas, Ventanas, Suelo, Paredes
Chavita Albornoz	Antes del 2000	No tiene	Puertas, Ventanas
Ros Díaz	Después del 2000	No tiene	Puertas, Ventanas, Paredes, Otro
Juan Pérez y Roberta Muñoz	Antes del 2000	No tiene	Puertas, Ventanas, Otro

Nombre entrevistado/a	¿El hogar dispone de energía eléctrica en su vivienda?	¿Experimenta comúnmente cortes de suministro debido a conexión de electrodomésticos?	¿Experimenta comúnmente cortes de suministro debido a motivos ajenos a su hogar?	¿Cuál ha sido la duración promedio de dichas interrupciones?
Chana Fuentes	Sí	No	Sí	No sabe
Daniela López	Sí	No	Sí	No sabe
Nené Rojas	Sí	Sí	Sí	No sabe
Rosa Dueñas	Sí	No	No	No sabe
Tacher Reyes	Sí	No	Sí	No sabe
Nano Peña e Irene González	Sí	No	Sí	No sabe
Brad Prado	Sí	No	Sí	No sabe
Chavita Albornoz	Sí	No	Sí	No sabe
Ros Díaz	Sí	Sí	Sí	No sabe
Juan Pérez y Roberta Muñoz	Sí	No	Sí	No sabe

Nombre entrevistado/a	¿El hogar posee calefacción?	¿Qué tipo de calefacción utiliza?	Durante el último invierno, ¿sintió frío al interior de su vivienda?	En una escala del 1 al 10, ¿cuánto frío sintió en la vivienda durante el último invierno?	Durante el último verano, ¿sintió calor al interior de su vivienda?	En una escala del 1 al 10, ¿cuánto calor sintió en la vivienda durante el último invierno?
Chana Fuentes	Sí	Estufa a gas, Estufa a parafina, Estufa eléctrica	Sí, solo en algunas habitaciones	4	Sí, en la totalidad de las habitaciones	9
Daniela López	Sí	Estufa a gas, Estufa a parafina, Estufa eléctrica	Sí, en la totalidad de las habitaciones	7	No sentí frío al interior de la vivienda	3
Nené Rojas	Sí	Estufa a gas, Estufa a parafina	Sí, en la totalidad de las habitaciones	9	Sí, en la totalidad de las habitaciones	8
Rosa Dueñas	Sí	Estufa a gas, Estufa eléctrica	Sí, en la totalidad de las habitaciones	8	Sí, solo en algunas habitaciones	6
Tacher Reyes	Sí	Estufa a gas, Estufa a parafina, Estufa eléctrica	Sí, solo en algunas habitaciones	4	Sí, solo en algunas habitaciones	9
Nano Peña e Irene González	Sí	Estufa a gas, Estufa eléctrica	Sí, solo en algunas habitaciones	8	Sí, solo en algunas habitaciones	4
Brad Prado	Sí	Estufa a gas, Leña	Sí, en la totalidad de las habitaciones	10	Sí, solo en algunas habitaciones	7
Chavita Albornoz	Sí	Estufa a gas, Estufa eléctrica	Sí, en la totalidad de las habitaciones	9	Sí, solo en algunas habitaciones	9
Ros Díaz	Sí	Estufa a gas, Estufa eléctrica	Sí, en la totalidad de las habitaciones	10	Sí, en la totalidad de las habitaciones	8
Juan Pérez y Roberta Muñoz	Sí	Estufa a gas, Estufa eléctrica	Sí, en la totalidad de las habitaciones	9	Sí, solo en algunas habitaciones	7

Nombre entrevistado/a	¿El hogar posee ACS?	¿El hogar cuenta con acceso a cocina?	¿Qué combustible ocupa para la cocción de alimentos?
Chana Fuentes	Sí	Sí	Gas licuado cilindro
Daniela López	Sí	Sí	Gas licuado cilindro
Nené Rojas	Sí	Sí	Gas licuado cilindro
Rosa Dueñas	Sí	Sí	Gas licuado cilindro
Tacher Reyes	Sí	Sí	Gas licuado cilindro
Nano Peña e Irene González	Sí	Sí	Gas licuado cilindro
Brad Prado	Sí	Sí	Gas licuado cilindro
Chavita Albornoz	Sí	Sí	Gas licuado cilindro
Ros Díaz	Sí	Sí	Gas licuado cilindro
Juan Pérez y Roberta Muñoz	Sí	Sí	Gas licuado cilindro, Leña, Carbón

Anexo 4. Pauta de entrevista

<p>Autoaceptación</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ¿De qué tareas del hogar se hace cargo? ¿Está satisfecho/a con su desempeño? ¿Le gustaría sentirse de manera diferente? - ¿Considera que tiene los conocimientos y habilidades suficientes para hacer uso de los energéticos? ¿Cree ser tan bueno/a en ello como el resto de los/as integrantes del hogar? ¿Esto influye en cómo se siente sobre sí mismo/a? ¿De qué manera? - ¿Se siente confiado/a para enfrentar dificultades (como la avería de un electrodoméstico, que se acabe un energético, no saber usar un artefacto, lastimarse durante el uso de alguno, no poder costear la energía, etc.)? - ¿Cómo ha adquirido sus conocimientos? ¿Considera estos como propios o recuerda de manera explícita dónde, cuándo y/o con quién lo aprendió cada vez que recurre a ellos? - ¿Ha recibido críticas por su desempeño? ¿Esto afecta su visión sobre sí mismo/a? - ¿Considera que ha tomado malas decisiones? ¿Afectan de alguna manera la forma en que se ve a sí mismo/a?
<p>Relación positiva con otros</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ¿Considera que su casa es un lugar grato para recibir visitas? Ej. la temperatura es agradable y dispone de artefactos para divertirse, preparar cosas para comer, etc. - ¿Necesita recurrir a la ayuda de gente externa a su hogar para satisfacer sus necesidades? - ¿Confía en que el resto de los/as integrantes de su hogar puedan tomar buenas decisiones y/o usar de forma correcta los energéticos? - ¿Han existido conflictos a la hora de tomar decisiones en torno a cómo se usa la energía, qué cosas se adquieren, qué energéticos se ocupan, cuándo, cómo se enfrentan los problemas, etc.? - Cuando existen problemas, ¿los resuelve de manera solitaria, los delega a alguien más o los enfrenta junto con el resto? ¿Esto ha influido de algún modo en la forma en la que se relacionan? - ¿Puede satisfacer sus intereses y necesidades energéticas personales? - ¿Le preocupa que el resto del hogar pueda satisfacer sus necesidades energéticas? ¿Hace algo para que esto ocurra? ¿Sacrifica sus propias necesidades por el resto?

<p>Autonomía</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Generalmente, ¿quién toma la mayoría de las decisiones en torno al uso de la energía en el hogar? - ¿Puede tomar decisiones por su cuenta, debe conseguir autorización de alguien más o debe ocurrir algún tipo de negociación? ¿Puede ejecutar esas decisiones por su cuenta o necesita algo del resto para poder hacerlo (ej. dinero)? - ¿Cree tener las capacidades para tomar las decisiones de forma autónoma? - ¿Puede buscar y aplicar soluciones por su propia cuenta? - ¿Recorre a ayuda externa cuando no puede hacerse cargo de un problema (de alguien dentro o fuera del hogar)? ¿Lo hace en seguida o luego de intentar resolverlo por sí misma/o?
<p>Dominio sobre el ambiente</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ¿Cómo influye en usted el precio de la energía? - ¿Se ha quedado sin acceso a la energía? ¿Por qué? ¿Cómo lo vivió? ¿Qué sintió? - ¿Qué hace cuando esto pasa? ¿Dónde lo aprendió? - ¿Toma/n algún tipo de acción para controlar la temperatura de su vivienda? ¿Cuál/es? ¿Consigue/n exitosamente su objetivo? - ¿Existen lugares de la vivienda que sean más agradables o que sean de su preferencia para satisfacer sus necesidades energéticas (ej. por la temperatura, por contar con dispositivos que les resulten entretenidos, etc.)? ¿Puede hacer uso de esos lugares cuando quiera? - ¿Quién decide dónde se ubican los artefactos en la vivienda? - Si quiere hacer modificaciones en su vivienda, como mejorar la aislación térmica o hacer cambios en el sistema eléctrico, ¿tiene los recursos para hacerlo? ¿Lo hace por su cuenta? Si no, ¿sabe a quién recurrir? - Si usted desea cambiar un artefacto, ¿tiene los recursos para hacerlo? Y si puede hacerlo, ¿los recursos y conocimientos son suficientes para asegurarse de que estos sean eficientes, adecuados, confiables, seguros y no contaminantes? - ¿Existe alguna condición de salud dentro de su hogar que exige ciertas condiciones, vinculadas a la energía, en su vivienda? ¿Puede asegurar esas condiciones?

<p>Propósito en la vida</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ¿Cree que merece tener mejores condiciones para la satisfacción de sus necesidades energéticas dentro del hogar? - ¿Cree que el resto de su hogar merece mejores condiciones? - ¿Cree que sus condiciones actuales son responsabilidad suya y que es su deber mejorarlas? - ¿Se siente motivado/a a tomar acciones para asegurar el bienestar personal y/o del resto? ¿Actualmente hace algo con ese objetivo? ¿Tiene alguna meta específica que desee alcanzar? - ¿Se siente satisfecho/a con sus decisiones y experiencias pasadas en torno al uso de energéticos? ¿Cree que estas aportan a las decisiones que toma hoy? - ¿Realiza alguna actividad que sea relevante para sentirse bien y feliz que dependa de algún energético? ¿Qué pasaría si no contara con las condiciones para realizarla?
<p>Crecimiento personal</p>	<ul style="list-style-type: none"> - A medida que pasan los años, ¿cree que su capacidad para hacer uso de los energéticos y sus conocimientos han mejorado? ¿Y su capacidad para enfrentar problemas? - ¿Cree que puede seguir aprendiendo cosas para mejorar sus acciones, toma de decisiones y/o resolución de problemas? - ¿Cree que ya aprendió todo lo que debía aprender y que no es necesario seguir? - ¿Cree que ya aprendió todo lo que podía aprender y que ya no puede actualizarse con respecto a las nuevas tecnologías? - ¿Le gustaría aprender más sobre las nuevas tecnologías? ¿Cree que traería un beneficio para usted hacerlo? - ¿Cree que los aprendizajes que ha tenido a lo largo de su vida han provocado cambios en usted? ¿Cuáles? ¿De qué manera?

Anexo 5. Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO DE PARTICIPACIÓN EN INVESTIGACIÓN DE TESIS

Efectos de la pobreza energética y la vulnerabilidad psicosocial sobre el bienestar psicológico de personas mayores de la comuna de Quinta Normal

Mi nombre es Tamara Oyarzún Ruiz, soy psicóloga de la Universidad de Chile y estudiante del “Magíster en Psicología, mención Psicología Comunitaria” de la misma universidad, y actualmente me encuentro realizando mi tesis relacionada con el fenómeno de la pobreza energética en las personas mayores de Quinta Normal. Para ello necesito entrevistar a personas mayores que vivan en dicha comuna, motivo por el cual le he solicitado esta entrevista. Para que usted pueda decidir si participa en esta entrevista es necesario que cuente con la siguiente información:

1. Información sobre tesis

El título de mi tesis es “Efectos de la pobreza energética y la vulnerabilidad psicosocial sobre el bienestar psicológico de personas mayores de la comuna de Quinta Normal”. Mediante esta, espero conocer cómo el fenómeno de la pobreza energética impacta en el bienestar de las personas mayores de esta comuna y cómo las condiciones de vulnerabilidad influyen en ese impacto.

Extiendo a usted la invitación a participar de esta investigación de manera voluntaria mediante la realización de una entrevista. Ésta tiene una duración aproximada de 1 hora y, si usted lo autoriza, será grabada (sólo en audio) para luego ser transcrita. Esto es necesario para poder analizar adecuadamente la información. La grabación y transcripción de la entrevista será guardada en mi computador personal y eliminada luego de un año de finalizada esta investigación. Usted puede decidir no responder algunas preguntas sin necesidad de explicar el motivo y también puede terminar esta entrevista en cualquier momento si así lo desea.

Le informo que el proyecto no contempla una compensación económica por su participación en esta entrevista ni algún tipo de beneficio directo para usted.

Si usted decide participar, la información que usted me entregará será trabajada con absoluta confidencialidad. Su información personal no será publicada ni difundida por ningún medio y se mantendrá su anonimato. Es posible que se utilicen fragmentos de esta entrevista para ser citados de forma literal en el contenido de la tesis, caso en el cual se resguardará su anonimato mediante el uso de un pseudónimo, a la vez que se resguardará que estos fragmentos no contengan datos personales.

Toda la información que usted proporcione será tratada de manera confidencial de acuerdo con la ley N°19.628 (1999) sobre Protección de la vida privada y datos personales. Para proteger la confidencialidad de los datos recopilados, se utilizará un pseudónimo seleccionado por usted que permitirá resguardar su identidad. La

entrevista será analizada en conjunto con otras similares y se generará un informe con la información agregada de todas ellas.

Los resultados nos serán utilizados con fines que no hayan sido autorizados por usted a través de este consentimiento informado y que sean ajenos a los fines de este estudio.

Para resolver cualquier inquietud sobre su participación en este estudio, puede contactarse directamente conmigo, Tamara Oyarzún Ruiz, escribiendo al mail tamara.oyarzun@gmail.com o llamando al teléfono +56 9 42707377.

¡Muchas gracias por su participación!

2. Consentimiento informado

Entrevistado/a:

Declaro haber leído (o que se me ha leído junto a una persona de mi confianza) toda la información sobre esta investigación y que se han contestado satisfactoriamente todas mis preguntas al respecto. Se me han informado los objetivos de esta tesis, la cual busca conocer cómo el fenómeno de la pobreza energética impacta en el bienestar de las personas mayores de mi comuna y cómo las condiciones de vulnerabilidad influyen en ese impacto, motivo por el cual se me ha solicitado esta entrevista.

Sé que esta información será utilizada en el marco de la tesis de magíster “Efectos de la pobreza energética y la vulnerabilidad psicosocial sobre el bienestar psicológico de personas mayores de la comuna de Quinta Normal” y que será tratada con absoluta confidencialidad. Se me ha dicho expresamente que puedo no responder la entrevista si no deseo hacerlo y que esto no vulnera ninguno de mis derechos como persona. Se me ha informado que la entrevista no implica ningún tipo de beneficio directo para mí. Se me ha informado sobre el uso de los resultados de esta tesis y que estos no serán publicados con objetivos ajenos a este estudio y que no hayan sido autorizados por mí en este consentimiento informado. Sé que la transcripción de la entrevista en la que participaré será guardada en el computador personal de la tesista y que será eliminada luego de 1 año de finalizada esta investigación.

Ante cualquier duda o inconveniente se me ha solicitado contactar a Tamara Oyarzún Ruiz, responsable de esta tesis, al mail tamara.oyarzun@gmail.com o llamando al teléfono +56 9 42707377.

Luego de conocer y comprender esta información, accedo voluntariamente a contestar esta entrevista.

Acepto contestar esta entrevista:	Si	No	
-----------------------------------	----	----	--

Acepto que el audio de esta entrevista sea grabado:		Si		No	
Deseo aparecer bajo un pseudónimo (con otro nombre) en la entrevista		Si		No	
Pseudónimo (nombre de fantasía) propuesto:					
Nombre y firma/huella de la persona entrevistada		Nombre y firma de entrevistadora			