

activa madurez

OTOÑO-INVIerno 2015 | #27 | AÑO IX



Un presente para el futuro

EDITORIAL

El futuro es el presente **3**



OPINIÓN

Las personas mayores y la televisión **4**
Tenemos un compromiso **5**
La Cultura del “Nuevo Envejecimiento” **6**

FORMACIÓN

El territorio, escenario significativo de participación y comportamientos colectivos. **7**
Las Universidades de Mayores no quieren seguir siendo “los últimos vagones de la educación en España” **8**
Los nuevos retos de los Sistemas de Información en Servicios Sociales **10**
La experiencia de las personas mayores mejora la percepción de riesgos en adolescentes **14**
En marcha la Plataforma Electrónica para la Educación de Adultos en Europa **14**
Proyecto UISEL: Información para la participación de las personas mayores a través de dispositivos móviles **14**
IPADNENES: un medio de conexión entre niños y mayores **15**
Expertos europeos exigen el diseño de nuevas ofertas turísticas adaptadas a personas mayores **16**



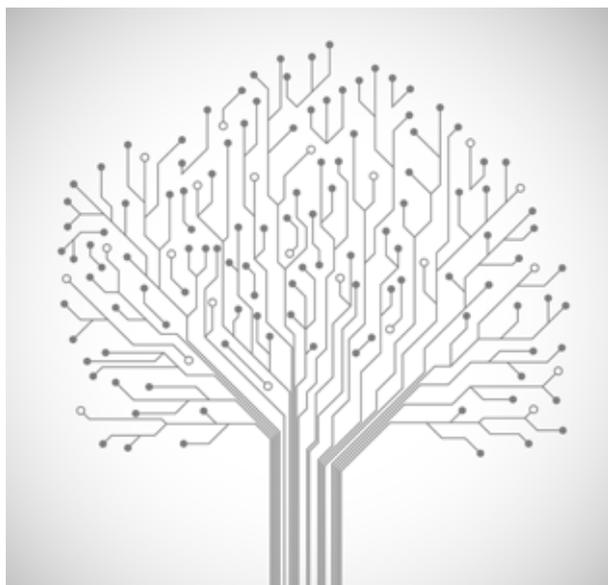
madurez I+D

Cuaderno de Investigación y Desarrollo en Prevención y Envejecimiento Activo en la Dependencia



Calidad de vida y soledad en las personas mayores: mitos y realidades **17**
El afecto hacia los animales de compañía: soporte para combatir la soledad **22**
Los espacios de participación social para prevenir el aislamiento social en los mayores. **22**
Los peligros de la soledad en las personas mayores: enemiga silenciosa **23**
La OMS pide a los sistemas de salud mecanismos para la vigilancia permanente del envejecimiento **24**

ENVEJECIMIENTO ACTIVO



Mayores universitarios de España y Portugal crean una Confederación Ibérica **25**
REIACTIS 2016: envejecimiento y empoderamiento **25**
Vitoria-Gasteiz, escenario para mensajes de convivencia, participación e implicación intergeneracional **26**
Los usuarios valoran positivamente las actividades encaminadas a mejorar la comunicación del Imsero **30**
Plataforma SEISS para información en Servicios Sociales. **32**
El Senior Cohousing pide la implicación de toda la ciudadanía **34**

ENLACES **38**

EDITORIAL

El futuro es el presente

Esta portada es el homenaje de **madurez activa** a las personas mayores, y no solo porque han celebrado su día el pasado 1 de octubre, sino porque ese día es al menos una jornada en la que todo el mundo pone en valor los beneficios de ser mayor, tanto desde las propias personas mayores como desde la sociedad hacia ellos.

Un regalo en forma de rosas, expresión máxima del afecto en cumpleaños, aniversarios, celebraciones, reconciliaciones... rosas de color rosa, como debe ser el futuro de nuestro envejecimiento. En nuestras páginas damos fe de todas las iniciativas en marcha y previstas para ser mayor sin obstáculos en ningún sector de la vida; ayudados por todas las generaciones, y con la plena convicción de que, aunque el mundo envejece aceleradamente según las estadísticas, detrás de los datos hay personas, vidas y situaciones que estamos obligados a interpretar.

Queda muy claro que están llegando a la madurez personas mayores diferentes de sus antecesores, más heterogéneas, con nuevas demandas, y sobre todo, con más iniciativas que ayudan a preparar, con creces, a las generaciones venideras. Ellas han impulsado la intergeneracionalidad, el cohousing, el voluntariado, el mentoring, el empoderamiento, el aula de la experiencia, y muchas más palabras que llevan detrás no solo un significado, sino el esfuerzo de introducirlas en sociedad, y sean parte de la vida cotidiana de todos, tengan la edad que tengan.

Nuestro homenaje al liderazgo de las personas mayores, todas, porque en Madurez Activa también dedicamos el cuadernillo I+D al envejecimiento activo de las que tienen discapacidad y distintos grados de dependencia, porque creemos en el envejecimiento POSITIVO como derecho todos los días del año, aunque exista uno solo para recordar su trabajo continuo por la participación social.

El año 2016 está dedicado internacionalmente por la UNESCO al Entendimiento Global, un concepto que las personas mayores conocen de sobra, porque ellas entienden que para actuar globalmente hay que pensar localmente, y así lo han hecho y lo siguen haciendo, trabajando desde abajo hacia arriba, día a día.

Ese es el entendimiento mundial, todas las generaciones actuando con un mismo objetivo, saber envejecer y disfrutar haciéndolo, porque saben que **el futuro es el presente**. Para todas ellas, nuestras rosas rosas.



activa madurez

PREMIO AL MEJOR MEDIO
DE COMUNICACIÓN EN LOS
III PREMIOS EN EL ÁMBITO
DE LAS PERSONAS MAYORES
DE LA JUNTA DE ANDALUCÍA



EDITA

Federación Andaluza de
Asociaciones de Aulas
Universitarias de Mayores
(FADAUM)
Mención Especial en los II Premios
en el Ámbito de las Personas
Mayores de la Junta de Andalucía, al
Movimiento Asociativo de Personas
Mayores de Andalucía

DIRECCIÓN Y REALIZACIÓN

Eva Leal Gil

FOTO PORTADA

Imagen tomada de la pintura
al pastel "Rosas sobre fondo
gris" de nuestra colaboradora la
pintora M^a Dolores Gil
(www.mariadoloresgil.net) .

MAQUETACIÓN

Daniel Conejero Bernardo

DISEÑO WEB

Post55 - Eenda Works

IMPRIME

Copy Andalusi

ISSN:

CA- 1887- 2670

DEPÓSITO LEGAL

CA -852 - 2006

CONTACTO

914 724 988 | 696 845 356
evaleal@madurezactiva.org

PUBLICIDAD

646 627 620 | 696 845 356

DIGITAL

Puede descargar este número en
formato PDF en:
www.madurezactiva.org

HEMEROTECA

Puede descargar los anteriores
números de "Madurez Activa" en:
www.madurezactiva.org

NOTA

Para ilustrar nuestros reportajes y
artículos seguimos recepcionando
fotografías, cuadros, manualidades y
otras iniciativas realizadas por nues-
tros lectores. Pueden enviar las cola-
boraciones a evaleal@madurezactiva.org
o a través del buzón de correo de
la dirección Web que sigue. Nuestro
agradecimiento a las colaboraciones
enviadas.

www.madurezactiva.org



Las personas mayores y la televisión

ROMÁN MARTÍN SANTOS, Periodista y miembro del grupo de investigación 'Democmedia' de la Universidad de Sevilla.

Comer, dormir y... ver la televisión. Estas son tres de las acciones que hacen prácticamente a diario las personas mayores españolas. Según datos de TNS-Sofres, los españoles mayores de 65 años ven la televisión 311 minutos al día (5 horas y 11 minutos), lo que significa un 21,6% de su tiempo diario dedicado a ver la televisión.

Por tanto, la televisión vuelve a posicionarse como un elemento de ocio de alta significación en la vida social, ya que sigue acaparando el tiempo libre de la mayoría de ciudadanos en España.

Por comunidades autónomas, Aragón y Andalucía son las regiones con mayor consumo televisivo de la población general, 241 y 240 minutos respectivamente (casi cuatro horas diarias de permanencia frente a la pequeña pantalla). En Andalucía, para el target de 65 años y más, se constata un consumo diario de 354 minutos (casi seis horas de consumo televisivo al día) lo que significa un 25% del tiempo diario.

Además, la audiencia de la televisión está envejeciendo con cierta velocidad y con una tendencia consistente, ya que el impacto de los videojuegos

e Internet entre los más jóvenes les ha quitado el tiempo para ver la televisión. Es durante la tarde cuando las personas mayores se sientan mayoritariamente a ver la televisión, observándose dos picos de audiencia: uno centrado en la franja de sobremesa (entre las 13:30 y las 16:30, con el máximo situado a las 15:30) y otro en la franja de *prime time* (entre las 21:30 y las 23:30 con el máximo de audiencia a las 22:30).

Si analizamos las actitudes de los sujetos ante los distintos canales de televisión, según los diferentes análisis del EGM de los últimos años, el soporte televisivo preferido por los mayores es *La 1*, los canales autonómicos también son ampliamente seguidos, destacando a continuación la audiencia de las cadenas privadas *Telecinco* y *Antena 3*. *La Sexta* es más vista por personas que tienen entre 25 y 64 años que por otras más jóvenes, mientras que *Cuatro* es vista más por jóvenes que por personas mayores (destaca en las edades que van de 13 a 44 años). En Andalucía, esta proporción cambia considerablemente, ya que *Canal Sur* es la televisión preferida por las personas mayores.

En general, los programas preferidos por este sector de población son los informativos (28,4%), las películas (11,6%), y las telenovelas, concursos y documentales o programas educativos que rondan el porcentaje del 9%. La programación que menos gusta son los llamados *realities* y los programas de "cotilleos".

Pese al alto consumo de televisión por parte de las personas mayores, podría esperarse que los medios de comunicación fueran adecuando en la misma proporción su oferta informativa a los intereses de una audiencia diferente y la presencia del colectivo fuera aún mayor. Sin embargo, la presencia de las personas de más de 65 años ha sido escasa, muy estereotipada y protagonista de sucesos negativos. Una tendencia que está cambiando en la actualidad, **redefiniendo su imagen social y televisiva en positivo** ◀

Nota: El autor realiza su tesis doctoral sobre "personas mayores y televisión", y agradece de los lectores sus comentarios, sugerencias, preferencias, programas sobre la televisión, incluso, las previsiones de cómo desean que cambiaran los contenidos para los "nuevos" mayores. Pueden escribir a: roman.martin@democmedia.com.

Tenemos un compromiso

PACO PALACIOS, Productor

A mi edad me pregunto qué hacer con mi vida. Esto me viene a la memoria porque tengo amigos que han sido jubilados con 50, 55, 58 años, –yo mismo me jubilé a los 63 años–, y todos o casi todos estábamos locos por dejar de trabajar.

Lo que más ha pesado en nosotros no ha sido tener que madrugar, algunos durante más de 50 años, o lo duro del trabajo, sino la ingratitud con la que nuestras empresas o la administración pública nos han tratado cuando ya no sirven nuestros servicios. Muchos me han confesado que hubieran seguido trabajando, pero ante los continuos obstáculos que encontraban, no les compensaba continuar su vida laboral.

Durante años hemos intentando compensar la obligación de trabajar con el derecho a ser respetado por nuestro trabajo. Ahora, desde los gobiernos, se pretende ahogar todos los derechos conquistado en el fondo del océano y que no quede ni rastro. Han colocado en las empresas y administraciones públicas cargos intermedios, déspotas sin conciencia y sin ética que actúan como el viejo sistema caciquil para destrozarse las ilusiones y hacernos creer que el estado del bienestar ha sido una falsa ilusión. Pretenden abrir una profunda brecha entre una generación que han jubilado y otra que comienza a trabajar sin futuro, sin derechos, sin relación respetuosa entre empresarios y trabajadores, dispuesta a todo por ascender en la escala productiva.

Ya hay muchos trabajadores y trabajadoras con menos de 30 años

que realizan su trabajo por menos de la mitad del salario que nosotros recibíamos. El resultado es que se está desamortizando a toda una generación en el momento de más capacidad intelectual y formativa. ¿Dónde ha ido a parar tanto conocimiento y tanta experiencia?

Una generación, la mía, que nos hemos hecho personas con sentido de la responsabilidad, trabajando, educando a nuestros hijos, siendo eficaces para la sociedad, dando un buen servicio, ahorrando, pagando nuestros impuestos... pero también

“Ahora se trabaja por menos de la mitad del salario que nosotros recibíamos. El resultado es que se está desamortizando a toda una generación en el momento de más capacidad intelectual y formativa”

con unos derechos que se han estado fraguando durante siglos y que, de pronto, se tiran por la borda, y así descubrimos que no se trata de sustituirnos por jóvenes que, supuestamente, hacen lo mismo por menos de la mitad del sueldo, sino que se les está contratando casi sin derechos laborales y sociales. Sólo interesa de ellos la capacidad que han adquirido en las universidades o en las escuelas de formación, no les consideran ciudadanos libres, exclusivamente se les exigen que sean competitivos y analfabetos sociales.

¿Somos conscientes que estamos destruyendo buena parte de lo que hemos logrado alcanzar porque nos ha quedado “una paguita”? ¿nos damos cuenta que dejamos a nuestros hijos y nietos una sociedad que nuestra generación ha transformado después de encontrárnosla devastada por la guerra civil o por la 2ª guerra mundial? ¿Vamos a permitir que la sociedad, que con gran esfuerzo hemos elevado a cotas de bienestar nunca conocidas, la hundan personas desconocedoras y despreciadoras de la Historia, que están al servicio de un poder medievalista que nos arrastra a la servidumbre?

Hemos nacido para ser cada vez más dueños de nuestro destino y no podemos dejar que incivilizados, corruptores y corruptos impongan su barbarie.

¿Es la paguita de jubilado tan importante como para dejar este pobre legado a generaciones venideras? Ahí dejo la pregunta.

Trae tus conocimientos, los necesitamos ◀◀



La Cultura del “Nuevo Envejecimiento”

ENRIQUE POZÓN LOBATO*

Hace más de siglo y medio, un maestro regresaba a su casa en un pequeño pueblo. Le llamó la atención una luz en la ventana del zapatero y al asomarse vio a éste trabajando a la luz de una vela a punto de extinguirse. Entró su esposa y le dijo: “ya es tarde, la cena esta lista, ven a comer”. Respondió el zapatero: “Ya voy. Mientras arde la vela, algo puede hacerse”. Se alejó el maestro reflexionando sobre la escena. Al día siguiente les dijo a sus alumnos: “Ayer aprendí una importante lección de un viejo y humilde zapatero: mientras hay vida se puede reemprender el camino elegido”.

El tema de la vejez cuenta con una literatura tan antigua como la Humanidad misma. La Antropología cultural, en su capítulo de Folklore, recoge cientos de refranes y dichos populares que se refieren a la vejez o a consejos que se dan para llegar a viejo, anhelo innato en el ser humano. Visitaba un humilde párroco rural al pontífice León XIII, que había rebasado ya los 85 años; Su Santidad se

“En el juego de la vida, la carta más alta es la capacidad de valerse especialmente en la vejez, de las actividades mentales y psíquicas propias, que no depende de una cantidad sino de una calidad que tiene que ver con nuestro esfuerzo”

había mostrado muy amable con su visitante, y cuando éste se despidió lleno de júbilo y emoción, le dijo: “¡Pido a Dios que le conceda otros 85 años de vida para bien de la Iglesia!”. A lo que León XIII contestó rápido: “No le ponga límites a la gracia de Dios, hermano”.

Lo cierto es que saber envejecer es la obra maestra y una de las cosas más difíciles en el arte de vivir. Se necesita una información objetiva para comprender qué es el envejecimiento; las personas mayores tienen un impresionante bagaje para ser creativos, porque el cuerpo envejece pero no la actividad creadora del espíritu.

Precisamente se envejece cuando se deja de crear. En el juego de la vida, la carta más alta es la capacidad de valerse especialmente en la vejez, de las actividades mentales y psíquicas propias, que no depende de una cantidad sino de una calidad que tiene que ver con nuestro esfuerzo.

Si miramos hacia adelante se perfilan nuevos modelos de personas mayores, con más recursos sociales, culturales, educacionales y financieros que protagonizan el inicio de un nuevo proyecto. El siglo XXI pide otro nivel que permita que las personas mayores se impliquen en la sociedad desde el punto de vista de la reflexión y la crítica. Cuando se alcancen el predominio político por razones de superioridad numérica, crearán la Cultura del “Nuevo Envejecimiento”

(*) Catedrático jubilado, Doctor en Derecho, Ciencias de la Educación y Veterinaria. Recientemente nombrado académico de la Real Academia de Ciencias, Bellas Letras y Nobles Artes de Córdoba. Contacto: pozonlobato.blogspot.com



El territorio, escenario significativo de participación y comportamientos colectivos

JOSÉ TOMÁS DIESTRE MEJÍAS. Trabajador social y dinamizador comunitario en el ámbito de asociacionismo y mayores

La base territorial o espacio físico juega un papel importante para comprender los procesos de participación y comportamientos colectivos de las personas mayores que en ellos se generan. Es el escenario en el que se producen todo un conjunto de dinámicas sociales y que, evidente y científicamente, va unido al concepto de identidad, porque en él se desarrollan, de manera sistemática y constante, patrones de comportamiento útiles para la construcción del sentido de pertenencia. Estos comportamientos en el territorio producirán procesos participativos de distinta naturaleza.

En este sentido, esa espiral de dinámicas desemboca, inevitablemente en una incesante participación ciudadana, no siempre explícita colectivamente aunque sí interiorizada a modo de discurso por cada uno de sus miembros, que sin embargo se expresan en otros contextos como lo son la participación en actividades promovidas a nivel municipal desde los Servicios Sociales o en las propias asambleas, entendidos como espacios adecuados y legítimos para ello.

No sería arriesgado afirmar, conforme a estas evidencias, que existen distintos discursos de acuerdo a determinados espacios de sociabilidad, sin que por ello suponga una contradicción o indefinición, sino una dimensión más, entre otras de la propia realidad. Esto significa que algunos patrones de comportamiento colectivo se trasladan o reproducen en otros ámbitos y pueden, además, suponer válidos instrumentos de adaptación a nuevas situaciones socio-económicas.

“Deben ponerse en marcha iniciativas que contribuyan al fortalecimiento del tejido asociativo y captación de masa social, precisamente porque son las ideas y la creatividad lo que más se necesitan”

Algunos procesos que puedan iniciarse entre entidades asociativas de distintos contextos socioculturales, así como los correspondientes profesionales, deben perseguir aunar esfuerzos y estrategias que permitan afrontar estos períodos de dificultad. Tal es así, que se deben poner en marcha iniciativas que contribuyan al fortalecimiento del tejido asociativo y captación de masa social, precisamente porque son las ideas y la creatividad lo que más se necesitan.

Esta tarea puede suponer el impulso de estrategias conjuntas que contribuyan a su revitalización; de ahí que estén surgiendo propuestas de coordinación entre Juntas Directivas Locales que permitan una retroalimentación e intercambio de experiencias que vienen a reforzar el planteamiento de que existen espacios homogeneizadores.

La dualidad sincrónica y diacrónica nos ayuda a comprender mejor el pasado, presente, y perspectivas de futuro de la asociación de mayores estudiada, así como el tejido asociativo en su conjunto de un municipio en concreto, con el objetivo de encontrar las claves para acercarnos a otras realidades en distintos contextos culturales afectados por circunstancias similares.

La variable “territorio” tiene un importante peso en estudios de esta naturaleza, y así se evidencia. La consciencia de pertenecer a un lugar hace que se produzcan y reproduzcan una serie de comportamientos sociales que llevan a conformar, además, unos espacios propios para la participación. Precisamente, son los momentos de dificultad los que favorecen esta situación.

El espacio es ilimitado, no sólo por la diversificación de las formas que adquieren los procesos de intercambio y comunicación, sino también por la extensión geográfica de sus acciones e iniciativas. Por eso, no importa que existan las mismas formaciones sociales e idénticos espacios físicos si la realidad es cambiante y dinámica, porque ello obliga a la redefinición, reinención y resignificación de experiencias y contextualización de los aprendizajes que suponen adaptarse a los cambios y a la vida cotidiana ◀◀

XIV Encuentro AEPUM 2015

Las Universidades de Mayores no quieren seguir siendo “los últimos vagones de la educación en España”

Generar estabilidad, reconocimiento social y político, y control de calidad de su oferta académica, son apuestas que aseguran su futuro

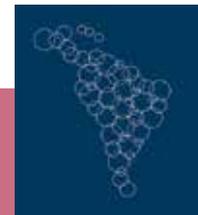
Mejorar el conocimiento que actualmente tiene el alumnado sobre las percepciones y expectativas de los Programas Universitarios para Mayores en España ha sido el objetivo principal del XIV Encuentro de la Asociación Estatal de Programas Universitarios para Mayores (AEPUM) 2105, que se ha celebrado en la Universidad de Granada.

Según los profesionales participantes, procedentes de 30 universidades de tres continentes, los perfiles sociodemográficos de los alumnos mayores están cambiando de forma “profunda y acelerada” en los últimos años. De este modo, se observa que en los Programas se están matriculando cada vez más personas que poseen una elevada formación educativa de partida y que tienen unas aspiraciones culturales muy diversas y exigentes. Por tanto, se hace necesario ajustar y planificar las enseñanzas de los Programas Universitarios para Personas Mayores (PUMs) a las nuevas demandas, “con el fin de que sirvan de ayuda, tanto a ellas como a la sociedad, para afrontar de manera más adecuada de lo que lo hacemos en la actualidad, los retos a los que nos enfrentamos en este siglo XXI”.

Qué pide el alumnado

- Se reafirma que la unión del alumnado (asociacionismo), es clave no sólo para ser más efectivos en la consecución de las metas del Aula de Mayores, sino también para difundir el conocimiento (una de las funciones de la Universidad),





VI Congreso Iberoamericano de Programas Universitarios para Adultos Mayores (CIPUAM): Nuevos Roles sociales

Bajo el marco de cooperación internacional entre grupos de investigadores y universidades con programas universitarios para el adulto mayor (Universidad Abierta a la Tercera Edad), Brasil ha acogido el VI Congreso CIPUAM, donde también tuvo lugar la Asamblea de RPUAM (Red Internacional de Programas Universitarios de Adultos Mayores), cada vez más fortalecida. AEPUM estuvo representada a través de la Universidad de A Coruña, y de la que ha extraído una conclusión prioritaria: “se necesita un proceso de actualización, empoderamiento, concientización y adquisición de nuevos papeles sociales en la formación de los adultos mayores”. Esta adquisición de nuevos roles contribuiría a un empoderamiento del mayor, con la mejora de la autoestima y de la calidad de vida. Santiago de Chile se anunció como sede del próximo VII Congreso CIPUAM.



Más información: <http://www3.uepg.br/cipuum2015/programacao/#español>

- para colaborar en la resolución de los problemas de la sociedad.
- Seguir colaborando con los principales eventos del Aula y de manera especial en la matriculación del nuevo alumnado, en labores de orientación a sus compañeros y en la difusión de las actividades.
- Los problemas que consideran que más les dificultan alcanzar sus objetivos generales como Asociaciones de estudiantes universitarios están relacionados con la participación de sus socios en las actividades planificadas, los económicos y los de infraestructuras.
- Piden más implicación en el diseño y planteamiento de sus Programas, entre los que solicitan más acciones formativas en nuevas tecnologías.

Qué opina el Profesorado

La Universidad debe reconocer la labor del profesorado en los Programas para mayores, por su implicación, entusiasmo y dedicación.

Consideran el envejecimiento constructivo como la suma del envejecimiento activo y el aprender por aprender, y por ello, los Programas no deben perder esa visión (y frescura) en el planteamiento de su estructura universitaria.

Se subraya el carácter inclusivo de los Programas y cómo estos han de dar una visión más cultural de las disciplinas que los componen y no tanto una visión disciplinar.

La investigación y las experiencias intergeneracionales, son cada vez más importantes y enriquecedoras.

Concluyen que los programas universitarios de mayores no pueden seguir siendo los últimos vagones de la educación en España.

Qué demandan los Programas

Según los participantes en el Congreso, la línea de trabajo de los

PUMPs no debe aspirar tanto a una homogeneización de los Programas “por inalcanzable y por lo que generaría de empobrecimiento”, como al impulso de un proceso de observación, reflexión y debate que permita que las Universidades de Mayores sean cada vez más eficaces y adaptadas a las nuevas necesidades y expectativas de vida. De este modo se propone:

- El Espacio Europeo de Educación Superior (EEES) abre grandes posibilidades para el desarrollo del aprendizaje a lo largo de la vida, por lo que los Programas deberán tener una estructura lo más estable posible, tratando de explorar y explotar, en esta adaptación, todas las posibilidades de reconocimiento que se puedan poner en marcha
- Los PUMPs tienen un futuro asegurado y “brillante” siempre que sean capaces de generar estabilidad (adaptándose al marco EEES); reconocimiento social y político; y

control de calidad de su oferta académica.

- Generar un modelo de evaluación de los Programas (puesto en marcha por AEPUM) que permita afrontar los nuevos requerimientos académicos y la solvencia en el proceso de verificación.
- Seguir verificando, con aportaciones documentales, de datos y de investigación, la relevancia e intencionalidad política y pedagógica de los PUMPs como fórmula de acción que promueve el envejecimiento activo de las personas que forman parte de ellos.
- Es imprescindible su implantación de manera generalizada para diferenciarlos y que se reconozca el rigor, valor e incluso excelencia de los Programas.
- De cara a la necesaria acreditación de estos estudios se considera que la mejor estrategia es darle el trabajo hecho al Ministerio, para agilizar trámites y asegurar el éxito.
- Los alumnos mayores deben asumir también sus responsabilidades como miembros de la comunidad universitaria, y dar ejemplo de coherencia ◀◀



Más información: www.aepumayores.org



Los nuevos retos de los Sistemas de Información en Servicios Sociales

Más transparencia, más actualización periódica, más investigación e interpretación de datos y más colaboración entre profesionales

Los Servicios Sociales necesitan dotarse de un sistema de información sólido, al igual que el resto de sistemas de protección social, como la sanidad, la educación o las pensiones, y para ello se necesita la opinión de la demanda para adecuar la oferta. Se ha avanzado mucho en estos últimos años, pero queda aún camino para mejorar y optimizar estos recursos tan necesarios para los agentes sociales y la ciudadanía en general.

Este ha sido el objetivo principal del Curso organizado por el Imserso en el marco de los Cursos de Verano 2015 de la Universidad Complutense de Madrid, en El Escorial. Los asistentes, de ámbitos multidisciplinares, han visto beneficioso el intercambio de información y opiniones que les ha permitido conocer el estado de los

Sistemas de Información en Servicios Sociales, así como participar en el debate de mejoras de los mismos, que constituirán los retos a superar para adecuar la oferta a la demanda.

Conocer las necesidades de la población, el alcance de los servicios sociales prestados, la distribución territorial de los recursos, las caracte-

rísticas de las personas atendidas o el gasto realizado, entre otras variables estratégicas, deben componer un sistema unificado de información que contribuya a mejorar las labores de planificación y evaluación, o su conocimiento por parte de la ciudadanía.

¿Qué es un Sistema de Información?

Según el consultor social, Fernando Fantova, un sistema de información es un conjunto de elementos orientados al tratamiento y administración de datos e información, organizados y listos para su uso posterior, generados para cubrir una necesidad o un objetivo y dividido en categorías:

Personas, Datos, Actividades o técnicas de trabajo, y Recursos materiales. Estos datos, aplicados a los servicios sociales, demandan un salto cualitativo, porque “los datos, en cuanto tienen que ver con el bienestar de las personas, tienen una importancia relevante”, por tanto deben permitir un acceso abierto y colaborativo, interdisciplinariedad, territorialización y conocimiento científico, tecnológico e intuitivo. En definitiva, simplificar, garantizar y compartir.

¿Cuál es la situación en España?

“Somos conscientes de que era necesario, porque hay mucho que mejorar en la información de servicios sociales; las administraciones públicas tenemos la obligación de informar, porque hay personas y familias dentro de las instituciones, que necesitan apoyo y atención”, comentó el Director General del Imsero, César Antón Beltrán, durante el curso, quien insistió en que “es esencial ofrecer una información común para toda España, que unifique y fortalezca al propio sistema de servicios sociales: cuanta mayor información se tenga, mejor se pueden asignar los recursos, gestionarlos y aplicarlos”, explicó en referencia a la fragmentación territorial de datos existente. En este sentido, el Director General del Imsero informó satisfactoriamente de la alta colaboración con las corporaciones locales, y las Comunidades Autónomas en estos dos últimos años, con el denominador común de que las familias puedan ser atendidas en cualquier provincia y no tengan que entender de límites territoriales en Servicios Sociales.

Modelo de gobernanza

Coordinado por Joseba Zalakain, Director en SIIS, Centro de Documentación y Estudios, y Balbino Pardavila, Jefe de Servicio en el Gabinete de la Dirección General del Imsero, el curso ha arrojado conclusiones esenciales que se basan en el hecho de que aunque hay márgenes de mejoras importantes, existen limi-

Qué le piden los usuarios a los Sistemas de Información en Servicios Sociales

- **Adecuar la oferta a la demanda actual** y no se diversifiquen ambas sin conocer lo que necesitan los usuarios.
- **Atender a la calidad de información**, la calidad de dispositivos y a cómo se atienden, porque estos sistemas “no son solo datos”.
- **Atender a indicadores de evaluación**, que unidos a indicadores de calidad constituyan dos pilares básicos de lo óptimo.
- **Transparencia administrativa**, rendimientode cuentas y comparación, porque los datos deben ser “herramientas para el cambio social”.
- **Indicadores focalizados y desagregados** para conocer la demanda concreta, las prioridades políticas y las técnicas, y no solo se refleje la media.
- **Sistemas que se basen en mecanismos de visualización**, es decir: agradables, atractivos y sencillos, para acceder al conocimiento práctico y filtrar los datos cómodamente.
- **Ocuparse tanto de generar la información como de difundirla**, porque actualmente se dedica más tiempo a producirla que darla a conocer.
- **Ampliar y multiplicar las fuentes**, incluyendo también las fuentes cualitativas, que aumentarían la eficacia al no basarse exclusivamente en datos.
- **Generar análisis**; que los expertos puedan hacer monográficos y observaciones en profundidad de lo que vemos en los datos. Es el sentido del dato, no la información del dato.
- **Práctica basada en la evidencia**: población real, buenas prácticas, comparación de unidades y utilización de la investigación, entre otras.
- **Más colaboración –pública y privada–** y trabajo distribuido para que los investigadores puedan “jugar con los datos” desde el ámbito de la Universidad, educación y otras unidades de gestión del conocimiento.
- **Solicitar un Barómetro de opinión de usuarios y de profesionales**, así como un Observatorio de buenas prácticas para continuar mejorando y no estancarse.

Crear un Observatorio de Buenas Prácticas, Simuladores y Barómetro de opinión de beneficiarios y profesionales, son algunas de las mejoras que proponen los usuarios

taciones, entre las que se encuentran la necesidad de liderazgo social que debe tener la información de Servicios Sociales, como actualmente lo ostenta la Educación o la Sanidad, entre otras. Así lo corroboró el Secretario General del Imsero, Francisco Ferrándiz Manjavacas, cuando insistió en la necesidad de tener una legislación

adecuada, y en reforzar el marco clásico de los servicios sociales para solventar sus limitaciones: “tenemos la tentación de pensar que la información que ofrecen los datos es la realidad, cuando precisamente la realidad de los servicios sociales siempre tienen una gran complejidad e irán siempre detrás de sus datos y de su información”, comentó.

Para ello, el curso ha dejado claro que hay que gestionar una información que sea fiable y válida, y esos valores se lo da quien recibe la información. La colaboración entre los profesionales de los servicios sociales (especialmente de comunidades locales) y los usuarios

es esencial para conocer los recursos que se aplican dentro de los Sistemas, y a su vez, recoger los análisis de los mismos para incorporarlos a los servicios de información.

Formación en Servicios Sociales

El desarrollo del Curso convocado por el Imsero, ha dejado claro que todos los sectores y

agentes sociales deben estar implicados en los Sistemas de Información. Organismos como UNICEF, Delegación del Plan Nacional sobre Drogas (PNSD), la Dirección General de Políticas de Apoyo a la Discapacidad, el Instituto Nacional de Estadística, la Federación Española de Municipios y Provincias, el Instituto Nacional de Evaluación Educativa (INEE), medios de comunicación y fundación CIVIO de transparencia informática, entre otros, pueden ayudar a las mejoras del Sistema con una estructura adecuada por parte de cada uno de los usuarios, porque según el gerontólogo

Antonio Maroto “toda gestión del conocimiento que

parece externa, en definitiva son concomitantes a los Sistemas de Servicios Sociales”.

En este sentido, todos los participantes han estado de acuerdo en la necesidad de más formación en servicios sociales, porque unos datos lanzados a tiempo y más dirigidos pueden ser más útil que tener mucha información sin saberla difundir: “A veces lo más importante no es que los Sistemas de Servicios Sociales ofrezcan información, sino recibirla de los propios usuarios: asociaciones, periodistas, sanitarios, administrativos.... Que son los que tiene que opinar sobre lo que está correcto o no, para poder rectificar en beneficio de todos”, concluyó una de las mesas redondas. Por ejemplo, las personas mayores cuando cumplen 65 años, entran en los indicadores de jubilación, y no están en las estadísticas de drogas, invalidez, educación, u otras. Situación que debe pedir la sociedad que se mejore.

La opinión de los usuarios

Para conocer la opinión que tienen los usuarios sobre los Sistemas de Información en Servicios Sociales, se invitaron a instituciones y entidades de distintos ámbitos que hacen uso de estos datos. Espacios multidisciplinarios como la Universidad, el Consejo Económico y Social de España (CES), Fundación Foessa (Fundación de Estudios Sociales y de Sociología Aplicada), Consejo General del Trabajo Social y la oficina del Defensor del Pueblo, subrayaron que hay que celebrar el avance en los sistemas de información, pero que queda camino por recorrer. De este modo, quisieron ayudar en las mejoras atendiendo a la demanda actual de los datos que manejan, proponiendo dos desafíos: Calidad y Evaluación de los indicadores para lograr más eficacia a la hora de entender los datos; hasta tal punto cobran importancia estos valores que el CES no descarta la posibilidad de que existiera una “Ley de calidad de



Sistemas de Información de Servicios Sociales destacados

- Sistema de Información de Usuarios de Servicios Sociales (**SIUSS**) www.msssi.gob.es
- Sistema Estatal de Información de Servicios Sociales (**SEIIS**) www.imserso.es
- Sistema de Información para la atención a la dependencia (**SISAAD**) www.dependencia.imserso.es
- Sistemas de Indicadores de Bienestar Infantil (**SIBI**) www.infanciaendatos.es
- Red Española de Información y Documentación sobre Discapacidad (**RED (i) D**) www.redid.es
- **Instituto Nacional de Estadística** (encuestas) www.ine.es
- **Proyecto Hércules** Sistema de Información Social de Cataluña <http://dixit.gencat.cat>
- Sistema de indicadores en los servicios sociales de las entidades locales (**FEMP**) www.femp.es
- Indicadores Clave del Sistema Nacional de Salud (**INCLASNS v 2.0**) www.msssi.gob.es
- Observatorio sobre Discapacidad y mercado de Trabajo (**ODISMET**) www.odismet.es
- Instituto Nacional de Evaluación Educativa (**INEE**) www.mecd.gob.es/inee
- Fundación Ciudadana **Civio** – Tecnología aplicada a la transparencia y la apertura de datos www.civio.es

Sistemas de Información de Servicios Sociales”.

Por tanto, los usuarios individuales y colectivos demandan más investigación y análisis que ayuden a interpretar los datos, y en esta tarea sugieren más colaboración de profesionales, de trabajo público y privado que ayude a difundir información con más transparencia: “es importante conocer lo que hacen otros”, comentaron y aconsejaron incorporar informes periódicos para conocer de primera mano qué se está haciendo en las instituciones, y

que no llegue la información a través de terceros como ocurre actualmente.

Por otra parte, FOESSA expuso un problema común de estos Sistemas, como es que la información multidisciplinar que hay detrás de los datos “no la tenemos”; por ejemplo: “conocemos las zonas de exclusión social pero no lo que hay más allá, lo que la produce, el problema...” argumentan. Para ello, el Consejo de Trabajo Social propone el planificar y “anticiparse al futuro”, creando por ejemplo, simuladores, y haciendo que los que no

son usuarios también puedan opinar sobre el Sistema. Como valor adicional, sugirió incorporar en el grado de estudio de Trabajo Social los Sistemas de Información en Servicios Sociales “no como algo anecdótico” sino como algo sustancial y primordial del estudio.

Por su parte, la Oficina del Defensor del Pueblo pide más acceso y actualización de los datos, para que no existan expedientes incompletos e información más periódica, y no se olviden de lo principal: los usuarios ◀◀





Proyecto UISEL: Información para la participación de las personas mayores a través de dispositivos móviles

UISEL: Información Ubicua para la Tercera Edad”, es el título de un proyecto de investigación Grundtvig en el que el “Aula Permanente de Formación Abierta” de la Universidad de Granada se encuentra participando en estos últimos 2 años. El objetivo básico es mejorar los procesos de independencia y de fortalecimiento individual de las personas mayores, por medio del uso de los diversos dispositivos móviles que permitan un acceso casi ubicuo a la información y a la comunicación.

La sociedad actual está siendo testigo de un cambio importante en todos los aspectos cotidianos de la vida, desde la publicación de los periódicos, la forma en la que se trabaja con las cuentas bancarias, o la gestión de viajes de ocio, requiere adquirir competencias básicas en tecnología para la inclusión social. Por lo tanto, el análisis de las experiencias, preferencias y recursos en el entorno cotidiano es fundamental para adquirir estas habilidades ◀◀

i Más información: <http://uisel.eu>

La experiencia de las personas mayores mejora la percepción de riesgos en adolescentes

La Confederación Estatal de Mayores Activos (CONFEMAC) ha llevado a cabo en varios centros educativos de Andalucía la investigación “Con la seguridad de la experiencia: educar para la prevención” gracias a una beca de la Fundación MAPHRE y con la colaboración de la Consejería de Educación, Cultura y Deporte de la Junta de Andalucía.

Durante 12 sesiones de una hora, en las que han participado más de mil alumnos/as de la ESO, se pretendía contrastar la influencia de las personas mayores y de su profesorado habitual, sobre la percepción de los riesgos de adolescentes respecto al consumo de alcohol asociado al tiempo de ocio y respecto al abuso de Internet. Los resultados obtenidos ofrecen un panorama prometedor en el sentido de que la intervención de personas mayores en las aulas se ha mostrado



significativamente más eficaz que la del profesorado y, sobre todo, que la no intervención en el grupo control.

Los testimonios de personas mayores que han tenido experiencia directa con algunos riesgos, han impactado a los adolescentes, que han demostrado estar convencidos de que hay que hacer algo al respecto, y quieren implicarse en ello ◀◀

i Más información: www.confemac.net

En marcha la Plataforma Electrónica para la Educación de Adultos en Europa

La Unión Europea ha estado trabajando durante los últimos años en la creación de una Plataforma Electrónica para la Educación de Adultos en Europa, bajo la denominación de EPALE, una comunidad de miembros abierta y multilingüe que, según sus creadores, está “diseñada para ser de interés a profesores, formadores, investigadores, académicos, responsables políticos y cualquier otra persona con un papel profesional relacionado con la educación de personas mayores”. Este espacio reúne todos



los temas de aprendizaje de adultos en un solo lugar, mediante lectura de noticias, blogs, y páginas con artículos de interés en los 24 idiomas de la UE ◀◀

i Más información: <http://ec.europa.eu/epale>

IPADNENES: un medio de conexión entre niños y mayores

El proyecto abre un nuevo mundo sensorial para la escuela y las familias

JUAN JOSÉ JIMÉNEZ LÓPEZ y M^a JOSÉ LASAGA, profesores de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Sevilla y miembros del Grupo de Investigación "Educación Infantil y Formación de Educadores" (HUM-207).

Ipadnenes surge a partir de un Proyecto de Innovación, concedido por la Universidad de Sevilla, que busca un acercamiento a las nuevas tecnologías y establece nexos entre las áreas de Expresión Corporal, Plástica y Musical con la intención de globalizar el proceso de enseñanza-aprendizaje de los escolares. La flexibilidad del recurso permite extrapolar su uso al seno familiar, conectando así familia y escuela, y facilitando que el proceso resulte integrador

El proyecto Ipadnenes comienza su andadura en el curso 2014-2015. Su aprobación permitió publicar un material audiovisual donde se muestra el resultado estético y visual del recurso integrado por siete DVD cada uno de los cuales contiene siete aplicaciones diferentes.

Hasta el momento, el recurso ha sido aplicado en centros escolares de Infantil y Primaria, tanto con el alumnado como con el profesorado, de la provincia de Málaga y Sevilla. A partir de este momento se abre una nueva línea de actuación encaminada a encontrar nuevos perfiles de usuarios en el que las personas mayores ocupan un lugar destacado, dado los beneficios que la estimulación multisensorial aporta a este sector de población, que progresivamente se siente más familiarizado con las nuevas tecnologías.



La propuesta de aplicación del recurso que se plantea con Ipadnenes permite utilizarlo en el centro escolar o el hogar donde niños/as-padres/madres y/o abuelos/as comparten una actividad atractiva y enriquecedora para todos los destinatarios, ampliándose de esta forma los contextos de aplicación y la red de colaboración familiar.

La principal herramienta del trabajo es aprovechar la versatilidad que proporcionan las en diferentes contextos espaciales, a partir de proyección de imágenes, estímulos sonoros y el movimiento corporal total o parcial.



El uso que se ha realizado hasta el momento ha resultado especialmente motivador e integrador. El recurso puede conocerse con más detalle a través de las diferentes intervenciones que se van a desarrollar durante el curso 2015-2016.

La utilización de un lenguaje contemporáneo (tanto conceptual como matérico) a nivel visual, motriz y sonoro y su fusión con la experimentación a través de nuevas tecnologías, abren un camino muy interesante como recurso didáctico y de estimulación que conduce a desarrollar una "educación creativa".

El mundo digital se está implantando sutilmente en el ámbito educativo gracias a la industrialización cultural del panorama actual y a la utilización de una tecnología más evolucionada como medio de expresión, dando lugar a infinidad de posibilidades interdisciplinares y donde el concepto de intergeneracionalidad se establece de una forma normalizada.

Las *tablet* se convierten en un componente virtual de la reconstrucción real y simbólica del mundo, siendo capaz de simular un entorno alternativo donde los mayores y los niños se pueden integrar activando estímulos nuevos y saludables. La materialidad circundante es una construcción de la propia realidad cultural y la experiencia física está íntimamente relacionada con la cultura tecnológica ◀◀

Proyecto AGE sobre turismo senior:

www.age-platform.eu/age-work/age-policy-work/senior-tourism
Red temática AFE-INNOVNET, turismo adaptado a todas las edades:
www.afeinnovnet.eu

Proyecto ESCAPE, mejora de las infraestructuras turísticas existentes:
<http://age-platform.eu/age-work/age-projects/mobility-and-built-environment/2379-escape-facilitating-tourism-for-55>



La accesibilidad de espacios, la seguridad alimentaria y los límites de edad en el seguro de viaje o alquiler de coche, son obstáculos aún no resueltos

Expertos europeos exigen el diseño de nuevas ofertas turísticas adaptadas a personas mayores

Las personas mayores (55 años y más) representan alrededor del 25% de la población europea, por eso la UE considera que su contribución a la industria turística no sólo es importante sino que debe reforzarse para afrontar el reto de la estacionalidad, estimular el crecimiento económico y la creación de empleo. La Comisión Europea quiere fomentar las actividades turísticas transnacionales con el turismo fuera de temporada para los europeos de más de 55 años, usuarios que conjugan dos elementos esenciales: el poder adquisitivo necesario para viajar y el tiempo libre para hacerlo.

En este aspecto trabaja la Plataforma Europea AGE, dentro de su labor en el marco del Plan de Acción "Low-Medium Senior Tourism Initiative 2014-2016 – Towards an age-friendly tourism" (Iniciativa de turismo para las personas mayores en temporada media y baja 2014-2016–Hacia un turismo adaptado a todas las edades). Según AGE, a pesar de que el turismo para las personas mayores representa un mercado con un alto potencial económico, los turistas de edad constituyen un grupo muy heterogéneo y sus exigencias y criterios de selección no son nada fáciles de satisfacer. El informe de esta Plataforma indica que:

- Las personas mayores prefieren viajar acompañadas por sus parejas, parientes cercanos u otros miembros de la familia, así como en grupos conocidos;
 - Viajan con un presupuesto de hasta 100€ al día, reservar estancias de 4 a 7 noches, y también ampliar su viaje hasta 13 noches, cuando resulta posible;
 - Los mayores prefieren organizar sus vacaciones de forma individual en vez de recurrir a fórmulas con todo incluido;
 - Los temas turísticos preferidos son la naturaleza y la cultura y, sus prioridades la accesibilidad y la seguridad;
- Además de estas conclusiones, la Plataforma AGE Europa ha recabado otras ideas interesantes que debe tener en cuenta el sector turístico en relación a las personas mayores.

- El sector debe tener mucho más en cuenta las normas de accesibilidad, en beneficio de todas las generaciones, y especialmente de los que padecen algún tipo de discapacidad temporal o permanente (entradas y ascensores, aseos abiertos, páginas web accesibles, números de teléfono disponibles de servicios básicos para turistas, etc.)

- En seguridad sanitaria, los turistas sénior prestan especial atención a los peligros para su salud, información que no basta con saber dónde está la farmacia de guardia o el consultorio, sino datos relevantes como puede ser la seguridad alimentaria.
- Los seguros de viaje y primas adicionales necesitan revisarse. El seguro puede resultar muy caro para las personas mayores debido a la aplicación de tarifas más elevadas para este grupo poblacional. Los límites en los seguros o a la hora de alquilar un vehículo, constituyen verdaderas barreras que les impiden disfrutar con libertad.
- Los operadores turísticos deberían ser más conscientes de que algunas personas mayores puede que prefieran una habitación individual (por razones prácticas o motivos de salud...), y considerar la posibilidad de adaptar sus ofertas en consecuencia, porque solo existen ofertas para habitaciones dobles.

A tenor de estas demandas, se exige el diseño de nuevas ofertas turísticas adaptadas a personas mayores, y adoptar medidas urgentes ante los actuales obstáculos. Envejecer aumenta la voluntad de ser independiente, y aún más en la planificación y gestión de su tiempo libre ◀◀

madurez I+D

Cuadernillo de Investigación y Desarrollo en Prevención y Envejecimiento Activo en la Dependencia



*"Nacemos solos, vivimos solos, morimos solos.
Sólo a través de nuestro amor y amistad
podemos crear la ilusión por un momento
que no estamos solos"*
ORSON WELLES

FOTO: IMAGEN TOMADA DEL CUADRO "DAMA" DE LA PINTORA
Y DECORADORA RAQUEL HERRERO, A LA QUE AGRADECIMOS
SU COLABORACIÓN (WWW.RAQUELHERRERO.COM)

Calidad de vida y soledad en las personas mayores

mitos y realidades



RAMONA RUBIO HERRER.

Catedrática Universidad de Granada.

JOSÉ LUIS CABEZAS CASADO

Profesor Universidad de Granada.

La Soledad es posiblemente uno de los temas que mayor interés despierta en todas las etapas del ciclo vital, y especialmente entre las personas mayores. Seguramente por cuantas connotaciones físicas, psicológicas, y sociales conlleva, y por su repercusión en la felicidad de la persona. Sin embargo, la temática tiene muchos matices.

Podríamos comenzar preguntándonos: ¿La Soledad puede contribuir a la mejora de la calidad de vida en los mayores, o por el contrario es una variable de riesgo? La respuesta es compleja y está condicionada a una serie de circunstancias que iremos analizando a continuación.

Debemos precisar, en primer lugar, que la calidad de vida es un concepto multidimensional que incluye aspectos objetivos y subjetivos, que abarcan la salud, la economía o los servicios; definido por la OMS como: *“La percepción que un individuo tiene de su lugar en la existencia, en el con-*

texto de la cultura y del sistema de valores en los que vive y en relación con sus objetivos, sus expectativas, sus normas, sus inquietudes”. Se trata pues de un concepto que está vinculado a la salud física del sujeto, a su estado psicológico, a su nivel de independencia, a sus relaciones sociales, así como a su relación con el entorno.

Sin embargo, vamos a centrarnos en un aspecto concreto: la importancia de la implicación social del sujeto mayor en su calidad de vida y su relación con la soledad. Las preguntas que nos surgen son:

- ¿Soledad e implicación social son dos caminos opuestos?, en el sentido de que las horas dedicadas a las relaciones sociales son horas que restamos a la Soledad y viceversa.
- Si la Soledad resta horas de implicación social ¿Disminuye con ella la calidad de vida en los mayores?
- ¿Puede tener el sujeto calidad de vida en Soledad, sin implicación social?
- ¿La implicación social o la Soledad es una libre elección o hay condicionantes que llevan a esos estilos de vida?

Para dar respuestas a estas cuatro cuestiones, nos encontramos con que numerosos autores defienden que la implicación social de la persona mayor es una variable importante para alcanzar la calidad de vida en esta etapa y, de hecho, en esa línea van muchos programas de intervención social, que potencian la interacción social como un elemento importante del envejecimiento activo.

Realidad y cambios en la población mayor española

Si se analiza el concepto de calidad de vida y Soledad en la realidad de las personas mayores en España se puede concluir:

- En Noviembre de 2011 había 8.116.347 personas mayores en España, el 17,3% sobre el total de la población (46.815.916), según datos INE; para 2051 habrá más de 15 millones de personas de edad mayor o igual a 65 años, un 36,5% de la población total.
- Se ha observado en los últimos años un incremento de los hogares unipersonales en personas mayores de 65 años, 429.700 varones y 1.279.485 mujeres en

Herramientas para intervenir la soledad

Según el barómetro del CIS, el 53% de la población española considera prioritario el desarrollo de políticas estatales para mitigar la Soledad que afecta a las personas mayores, ya que se ha convertido junto a la dependencia y la pérdida de memoria en una de las situaciones más temidas, y para los expertos, un maltrato preocupante.

Muchos investigadores han intentado evaluar la soledad mediante diferentes escalas, tal es el caso de la escala **UCLA**, la escala **SESLA**, la escala **ESLI** y la escala de satisfacción vital de Philadelphia. Tomando algunos conceptos de ellas como referentes, a través del Imsero y la Universidad de Granada, se creó la **Escala Este I**, y más tarde la **Este II**, diseñadas para medir la Soledad en personas mayores y evaluar principalmente los déficits existentes en el soporte social del sujeto (tanto familiar, conyugal

como social), así como en el sentimiento que estas situaciones pueden provocar (crisis existencial). De este modo, se comenzaron los estudios para diseñar programas de intervención.

Entre ellos, se ofrece las llamadas “Estrategias de Afrontamiento”, como es la distribución y la percepción del tiempo en personas mayores, aplicados a participación social (por ejemplo, sólo el 28% de los mayores españoles están en alguna asociación, frente al 72% que no).

Actualmente la Universidad de Granada a través del **Gabinete de Calidad de Vida y Envejecimiento** viene desarrollando distintos tipos de intervención en las personas mayores, que pueden consultarse en la página Web del Gabinete y en el enlace a su revista “Cuadernos de la Tarde”.



http://dcab.ugr.es/pages/gabinete_calidad_de_vida_y_envejecimiento

el 2011, estadísticas importantes, aun siendo inferiores a las de otros países europeos. Está claro que la mortalidad de uno de los cónyuges aumenta el número de hogares unipersonales o multigeneracionales. Un 48% de hombres buscan pareja, mientras que el porcentaje de mujeres que viven solas es mayor, así 3 de cada 4 mayores que viven solos son mujeres.

¿Esta nueva situación de hogares unipersonales genera más Soledad? Para responder a ello habría que diferenciar la tipología de Soledad: diferente es vivir solo que sentirse solo. Cuando la Soledad es amargura, tristeza, falta de ganas de vivir, y su superación no es necesariamente un problema de compañía, la solución es una readaptación o superación personal, es una adecuación de las expectativas con la realidad.

Estadísticamente hablando, las mujeres mayores presentan más riesgo de Soledad que permanecerá en el tiempo, frente a los varones en los que no ocurrirá en tanta proporción. Debido a un proceso familiar y demográfico (nido vacío, viudez) se produce la situación de vivir en

La necesidad de implicación social, de afecto, o de sentirnos protegidos es algo que cobra especial importancia en los mayores con el aumento de fragilidad que se va generando con la edad

Soledad, que generalmente es una experiencia no voluntaria ni tampoco buscada, a diferencia de lo que sucede con los hogares unipersonales en otros grupos de edad. Estos índices que evidencian la existencia de alta proporción de personas mayores que viven solas, está generando una mayor presión sobre los servicios formales comunitarios o de mercado cuando aparece la dependencia. La Soledad también es un importante factor para padecer o agravar determinadas enfermedades y sufrir aislamiento social, estando muy vinculada a los estilos de vida.

Para el sociólogo Juan López Doblas, hay que hacer una clara distinción entre Soledad y aislamiento. Según este autor, al aislamiento se llega por diferentes factores, como es el **comportamiento**, tanto de los mayores, que pueden preferirlo a

pagar el precio de la relación, como de las familias, que pueden delegar el cuidado a los Servicios Sociales; **factores sociales**, que llevan al aislamiento por la imagen de la vejez como etapa improductiva y desvalorizada; **factores espaciales**, siendo un fenómeno preponderantemente urbano; **factores psicológicos**, (especialmente por el “Síndrome de Diógenes” como ejemplo) o actitud de algunas personas mayores que les lleva a aislarse voluntariamente y abandonarse en los autocuidados; y finalmente por **factores de salud**, que generan dependencia, discapacidades y miedo a salir del domicilio.

En síntesis, los distintos aspectos de la Soledad pueden generar en las personas mayores una situación de vulnerabilidad y marginación. Los mayores que se sienten solos no provocan una alteración social como podrían provocarla otros grupos, porque no tienen ni siquiera las suficientes fuerzas como para exigir sus derechos.

Calidad de vida y Soledad

Son numerosas investigaciones las que confirman que las relaciones

sociales son importantes a lo largo del ciclo vital para que el ser humano alcance, en parte, el bienestar psíquico. Tal como lo demuestran los estudios de Ryan y Deci, existe en el ser humano una “necesidad de relacionarnos con el mundo que nos rodea”, lo que en la teoría de Baumeister y Leary y otros autores es entendida como “necesidad intrínseca de afiliación”. Cuando logramos involucrarnos en un contexto social se generan sentimientos de satisfacción, de sentirnos valiosos, de sentirnos necesitados o en términos de Bowlby, de sentirnos queridos, y esa necesidad de apego va de la cuna a la tumba.

Esa necesidad de implicación social, de afecto, o de sentirnos protegidos cobra especial importancia en los mayores con el aumento de fragilidad física, psíquica y social que se va generando con la edad. En esa línea, esas relaciones actuarían como amortiguadores de eventos adversos, vinculados a enfermedades, a la economía, a la ausencia de seres queridos, que va aumentando con la edad. Desde esta dimensión, las relaciones sociales ejercen gran importancia en la calidad de vida, porque favorecen el mantenimiento de la independencia funcional; incluso hay autores que consideran que, de alguna manera, la participación social predice el estado de ánimo, el funcionamiento cognitivo y la propia salud.

También hay que destacar la importancia de la familia, posiblemente la infancia y las últimas etapas sean las que más profunda huella ejercen, y en las que más se necesita este apoyo. La familia puede ser vista como un capital social en la medida que ofrece apoyo físico, emocional, etc., tanto que para algunos autores la ayuda que aporta la familia lo consideran como un índice de predicción de la satisfacción vital, un factor que puede retrasar la institucionalización y la dependencia, entre otras. Incluso para muchos mayores, ese apoyo familiar es visto como la recompensa o compromiso

al amparo que ellos dieron cuando otros eran pequeños, un mecanismo de compensación denominado *norma de reciprocidad*.

Pero el logro de esas relaciones sociales va ligado a factores externos y a rasgos personales, y entre estos últimos, hay un atributo de personalidad muy importante que favorece esas relaciones, y es la *extraversión*, ya que predispone hacia esa necesidad de involucrarse socialmente. Esos rasgos de extraversión establecerían un circuito circular en el sentido de que las personas extrovertidas se sienten bien socialmente, y eso les lleva a invertir más tiempo y energía en esas circunstancias creando situaciones sociales positivas.



En esa línea, la extraversión puede ser considerada como una herramienta potencial asociada a una mayor probabilidad de crear redes sociales, tanto a nivel familiar como fuera de ella. Cada red social es una nueva posibilidad de hablar de sus problemas, de compartir experiencias, de relativizar sus preocupaciones, de generar nuevas estrategias de afrontamiento.

Introversión versus extraversión

Podríamos preguntarnos igualmente ¿qué ocurre cuando uno de los rasgos de personalidad es la introversión? Algunos autores dicen que aproximadamente un 40% de los seres humanos son marcadamente introvertidos mientras que casi un 40% son extro-

vertidos y un 20% de características intermedias.

Es necesario no infravalorar la introversión, sino más bien entenderla como un rasgo importante que puede llevar a otro tipo de conducta, tales como mayor capacidad de concentración, mayor creatividad, mayor capacidad de reflexión y planificación de sus acciones. Ambos rasgos, introversión y extraversión pueden llevar a la Soledad pero:

- La Soledad del extrovertido puede ir más asociada a pérdidas.
- La Soledad del introvertido se asocia a falta de sentido de las personas y de la vida.
- Y hay un tercer tipo de Soledad, no generada por ninguna de las dos circunstancias citadas, sino por la propia sociedad cuando el sujeto no se ajusta a los estereotipos esperados.

Soledad e introversión son dos componentes muy frecuentes para generar creatividad, reflexión y contemplación, cierto aislamiento típico que favorece esa dimensión. En estos casos, “la soledad es un catalizador de la innovación”.

Las personas introvertidas pero con suficiente autoestima tienden más a buscar la soledad y saben disfrutar mayormente de ella. Suelen mostrarse más tranquilas, disfrutan más con su riqueza interior, no les agrada verse rodeados de mucha gente o contactos sociales o, al menos, no dependen de ello. Estar solos le sienta bien, disfrutan con su propia compañía, cargan ahí su energía, al contrario que los extrovertidos que necesitan del exterior esa fuerza.

En síntesis, la Soledad en muchas personas introvertidas no es necesariamente un factor de riesgo, porque es buscada, es vista como positiva y de ella salen cuando lo desean; lo cual nos llevaría a pensar que la calidad de vida personal no depende de que la persona sea más extrovertida, o más introvertida, porque lo que hace feliz a cada individuo es distinto. Esa calidad de vida a nivel individual depende



PACO DÍAZ COSTA ROCHA (MENORCA)

más de que la persona se acepte a sí misma, que valore lo que tiene y que sepa lo que quiere.

La hipótesis que defendemos para lograr la calidad de vida no está en la aceptación o rechazo de la Soledad, sino en la necesidad de adaptar las **estrategias de afrontamiento** para hacer frente a los cambios, y evidentemente, esas estrategias serán diferentes entre distintos tipos de personalidad.

Respuesta a interrogantes

Si volvemos a dar respuesta a los cuatro interrogantes que formulamos inicialmente podemos concluir que:

a. ¿Soledad e implicación social son dos caminos opuestos?

Requeriría en primer lugar preguntarnos qué entendemos por Soledad; el diccionario de la Lengua Española la define como *“carencia de compañía, pesar y melancolía que se sienten por la ausencia, muerte o pérdida de alguna persona o cosa”*. Por otra parte, en un estudio realizado por la Universidad de Granada los españoles la definen como:

Ausencia de personas	Angustia
Sufrimiento	Insatisfacción
No tener a quien acudir	Miedo

Encontramos pues dos claros enfoques de la soledad:

- Ausencia de personas y no tener a quien acudir, que es claramente una personalidad que busca a otra, que requiere apoyo.

- Sufrimiento, angustia, insatisfacción o el miedo puede derivar de distintas causas.

También la Soledad puede ser simplemente tristeza sin causas aparentes, a lo que hace referencia por ejemplo el término “saudade”. Así, la experiencia de Soledad no deseada produce sufrimiento, desolación, insatisfacción, angustia, etc., si bien se puede distinguir entre aislamiento y desolación, es decir, entre la situación de encontrarse sin compañía y la conciencia de deseo de la misma, de añorar personas o situaciones.

En este sentido, aunque la Soledad se defina de diversas formas, cuando no es deseada puede generar un malestar emocional, en tanto que la persona se siente incomprendida o rechazada por otros, o carece de compañía para las actividades que le apetece, tanto físicas como intelectuales, o para lograr intimidad emocional. Sin embargo, también la Soledad puede tener su vertiente positiva, cuando es buscada, cuando el sujeto se encuentra bien con ella.

Por tanto, la respuesta a ese interrogante no necesariamente son dos caminos opuestos. Serían antagónicos cuando son impuestos y no aceptados por el sujeto, es decir, hay personas que les agrada su espacio personal, leer, pasear, crear, etc., y pueden salir de la Soledad en el momento que lo deseen. Por el contrario, la implicación social no necesariamente supone calidad de vida; hay gente que no sabe vivir consigo

mismo y dedica muchas horas a estar en compañía, sin que necesariamente eso le suponga felicidad.

b. La Soledad resta horas de implicación social, ¿disminuye con ello la calidad de vida en las personas mayores?

Las horas que dan calidad de vida no son las de Soledad, ni los ratos de compañía, es el tiempo que el sujeto se siente feliz. El problema no es de cantidad de horas en Soledad, sino de “calidad”. Por ejemplo, una persona mayor puede pasar mucho tiempo sola, pero media hora con otras personas significativas le puede compensar más que todo un día entero en compañía.

c. ¿Puede tener el sujeto calidad de vida en Soledad, sin implicación social?

Sin duda, la calidad de vida es ante todo estar en equilibrio consigo mismo, y no hay un lugar común para todos los humanos. Aquí es muy importante tener en cuenta todo el proceso de variabilidad intraindividual en la persona a lo largo del ciclo vital, que viene generada por cada contexto, cada momento histórico, y por las distintas formas de percibir la realidad, entre otras variables.

d. La implicación social o la Soledad ¿es una libre elección o hay condicionantes que llevan a esos estilos de vida?

Podemos decir que hay condicionantes intrínsecos, como son determinados rasgos de personalidad (introversión o extroversión), y también condicionantes externos motivados por experiencias pasadas, por cambios en el contexto ambiental, que puede facilitar o no la implicación social. La última palabra está en el sujeto, pero solo podrá darla cuando tenga una estrategia adecuada de afrontamiento al constante devenir de la vida, porque como decía Heráclito: *“Nadie se baña en el río dos veces porque todo cambia en el río y en el que se baña”* ◀◀

La bibliografía y la referencia a los autores de este artículo se encuentran en: www.madurezactiva.org

El afecto hacia los animales de compañía: soporte para combatir la soledad

Desde el Negociado de Envejecimiento Activo y Vida Saludable de la Diputación de Almería, se ha puesto en marcha una actividad asistida con animales de compañía. Los resultados muestran que interactuar con mascotas tiene un efecto a corto y largo plazo en la salud de las personas mayores. Aparte de los beneficios fisiológicos, a nivel psicosocial se promueven las relaciones y socialización entre personas desconocidas por ser un foco de interés común.

El equipo de trabajo quiere hacer hincapié en esos efectos psicológicos, que ayudan a disminuir el sentimiento de Soledad e incrementan el de intimidad, el mantenimiento de la independencia o incluso conducen a la búsqueda de la conservación de la vida en personas enfermas, a veces basta la expresión de la compañía frente a su Soledad para motivar en ellos un aumento del ánimo. En este sentido,



explican que las mascotas permiten a los mayores ser independientes sin sentirse solos y fomentar su buen humor. El animal supone entre otras cosas un estímulo, un desarrollo de la motivación del cuidado: “Es un elemento de activación en el paseo, en que te reciban cuando llegas a casa, y en el encuentro social con otros dueños de perros. Por ello, optimizan la atención y la percepción, mejoran la comunicación verbal y aumentan las expresiones faciales positivas.

“Los animales no juzgan a las personas, a ellos les da igual si una persona va en silla de ruedas, no puede hablar u oír, si tiene 70 o 100 años o si sufre alguna enfermedad, los animales dan y quieren recibir cariño”, puntualiza un usuario ◀◀



www.dipalme.org (servicios sociales)

Los espacios de participación social, esenciales para prevenir el aislamiento social en los mayores

La presidenta de la Fundación Pilares para la Autonomía Personal, Pilar Rodríguez, cree esencial cultivar las relaciones sociales a lo largo de la vida y desarrollar actividades de ocio y cultura, para disfrutar de la jubilación y generar interacciones positivas que minimicen el riesgo de Soledad. Para la impulsora del modelo de Atención Centrada en la Persona (ACP), la Soledad es un factor de riesgo muy importante para la salud, por lo que

recomienda la búsqueda de espacios de participación social que sean acordes con los gustos de cada uno, entre los que estén disponibles en su entorno comunitario (una asociación de mayores, cultural, de mujeres, de vecinos, deportiva, etcétera). “Desde la intervención de los profesionales, lo mismo que desde las propias familias, es muy recomendable estimular que esto sea posible y buscar el acompañamiento necesario cuando la persona

haya perdido el hábito de la participación y ésta le resulte difícil”, aconseja.

Asimismo, Pilar Rodríguez alerta de este fenómeno en personas mayores vulnerables: “Si resulta difícil estimular a las personas mayores que viven solas sin redes de interacción social y sin hábitos participativos en recursos de la comunidad, más dificultoso resulta que quienes tienen limitaciones funcionales puedan hacerlo. Es en estas ocasiones cuando se vuelve más relevante contar con redes de voluntariado que acompañen a las personas en sus domicilios”, puntualiza ◀◀



www.fundacionpilares.org

Los peligros de la soledad en las personas mayores: enemiga silenciosa

La Soledad no es inocua, es un factor de riesgo para la depresión, el deterioro cognitivo, la morbilidad y la mortalidad de las personas mayores. Los estudios disponibles sobre la Soledad o fenómenos similares como el aislamiento social, muestran además diferentes variables o factores que se asocian con su presencia, tales como vivir solo, tener mala salud, problemas económicos, falta de oportunidades o encontrarse en fase de duelo”.

Es una de las advertencias que la Sociedad Española de Geriatría y Gerontología (SEGG) lanza a la sociedad a través de sus investigaciones y encuentros de expertos. Según esta institución, en España hay 1.853.700 personas mayores que viven de forma independiente, de las que 368.400 tienen más de 80 años, y del total que viven en Soledad, el 72,2% son mujeres; por tanto, alertan de la gra-

vedad de esta situación y de los serios problemas que puede provocar en la salud de las personas de edad.

La advertencia de la SEGG visibiliza algunos condicionantes para evitar los riesgos, como los factores asociados a los estilos cognitivos, a la personalidad y a la ocurrencia de sucesos vitales significativos como, por ejemplo, la jubilación, enfermedades o asumir la tarea de cuidar de un familiar dependiente. “Estas circunstancias pueden favorecer cambios significativos en las vidas de las

La Soledad es un problema social cada vez más frecuente, que necesita de fórmulas que mejoren su gestión y prevengan sus consecuencias negativas



www.segg.es

personas que, finalmente, pueden provocar la emergencia de sentimientos de soledad”, puntualizan.

En definitiva, la sociedad se enfrenta a una cuestión que, según las expectativas demográficas, va a más y es por tanto fundamental saber cómo enfrentarse a este problema social que influye en la salud y en la calidad y esperanza de vida de las personas mayores.

Los expertos y profesionales de la SEGG defienden, por tanto, la necesidad de buscar fórmulas para gestionar mejor la Soledad y prevenir sus consecuencias negativas, ya que progresivamente se impone como un modo de vida casi mayoritario en las sociedades modernas.

Entre las soluciones más inmediatas, destaca como imprescindible el papel de la acción voluntaria en el acompañamiento de situaciones de soledad no deseadas ◀◀

Riesgos y condicionantes

- Cuando apenas reciben una visita mensual de alguien conocido de su entorno social e incluso, se dan casos, en el que no existen tales visitas.
- Cuando sufren problemas de salud asociados a la Soledad. Además de la depresión, la soledad se relaciona con enfermedades cardiovasculares, hipertensión y demencia. Incluso existe un vínculo muy fuerte con una mortalidad temprana.
- Cuando suelen tener problemas económicos, lo que influye en su alimentación, pero también en su higiene.
- Cuando tienen problemas ligados a la movilidad y al riesgo de caídas. Los mayores que están solos soportan un mayor peligro de sufrir caídas y, por tanto, fracturas.
- Cuando sufren aislamiento social, que según los expertos, es una variable más peligrosa para la salud incluso que estar solo.
- Cuando tienen infravaloración personal, derivada de las malas relaciones con la familia o dependencia del conyugue que ya no está.



<http://envejecimiento.csic.es/documentacion/biblioteca/registro.htm?id=59819>

Informe Mundial sobre “El Envejecimiento y la Salud”

La OMS pide a los sistemas de salud mecanismos para la vigilancia permanente del envejecimiento

La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha lanzado en septiembre de 2015 su Informe Mundial sobre “El Envejecimiento y la Salud”, en el que advierte que “ningún país puede permitirse no contar con un sistema integral de atención a largo plazo para el lograr bienestar de todas las personas mayores”. Para ello, aconseja revisar los sistemas de salud para que sean “integrados”; una evaluación completa para centrar la atención en su capacidad intrínseca, y la definición de indicadores y mecanismos para la vigilancia permanente de las trayectorias de Envejecimiento Saludable.

El informe argumenta que se necesita con urgencia una acción pública integral con respecto al envejecimiento de la población, que necesitará de cambios fundamentales, “no solo en lo que hacemos, sino en la forma misma en que concebimos el envejecimiento. El nuevo concepto de “capacidad funcional” sobre el que habrá que trabajar precisará alejar los sistemas de salud del modelo curativo y acercarlos a la prestación de cuidados integrales, centrados en las personas mayores.

Capacidad intrínseca

La OMS define el Envejecimiento Saludable como el proceso de desarrollar y mantener la capacidad funcional que permite el bienestar en la vejez. Para ello, es fundamental tener en cuenta que ni la capacidad intrínseca ni la capacidad funcional se mantienen constantes. “Aunque ambas tienden a disminuir con la edad, las opciones de vida o las intervenciones en diferentes momento del ciclo de



vida determinarán el camino, o la trayectoria, de cada individuo”.

Las medidas clave que pueden ayudar a lograr este objetivo están en desarrollar los mencionados sistemas de atención a largo plazo, reconociendo que, el cuidado que prestan los familiares y amigos por sí sólo es insostenible. Estos sistemas pueden tener muchos beneficios, más allá de permitir que las personas mayores que dependen de la atención de terceros vivan una vida digna:

- Garantizar que todas las personas mayores tengan acceso a una evaluación completa y cuenten con un único plan de salud con todos los servicios, que procure optimizar su capacidad.
- Apoyar la autoasistencia en las personas mayores mediante el apoyo entre pares, la capacitación, la información y el asesoramiento.
- Suscitar la participación y la contribución de las personas mayores,

con el fin de permitir resultados más pertinentes y más innovadores.

- Suscitar las relaciones en las personas mayores para combatir el aislamiento y fomentar a que tomen decisiones.
- Alentar la investigación en diversos campos específicos relacionados con el envejecimiento y la salud, para lo que se requerirá acordar conceptos clave y la forma en que se pueden medir.
- Definir indicadores y mecanismos para la vigilancia permanente de las trayectorias de Envejecimiento Saludable.

Estas medidas se consideran según el Informe de la OMS una inversión y no un gasto, porque está teniendo en cuenta el futuro de la sociedad, “un futuro que otorgue a las personas mayores la libertad de vivir una vida que las generaciones anteriores nunca podían haber imaginado” ◀◀

Mayores universitarios de España y Portugal crean una Confederación Ibérica

Bajo el lema "Aprender siempre, nuevos retos del siglo XXI", la Confederación Estatal de Asociaciones de Alumnos y Exalumnos de los Programas Universitarios de Mayores (CAUMAS) ha celebrado, como cada año, su Jornada internacional, que en esta XIV Edición ha salido de España para celebrarse en la Universidad de Oporto (Portugal), dando cumplimiento al objetivo de colaboración transnacional entre asociaciones universitarias de Mayores. Los participantes han desarrollado un decálogo de reflexiones, que serán los objetivos de trabajo para este próximo curso académico:



- Llevar a cabo iniciativas que contengan una oferta de formación a lo largo de la vida es esencial para un mundo mejor.
- Conocer los nuevos perfiles de los alumnos, más heterogéneos, para dar respuestas a los desafíos y retos de solidaridad que presenta el momento actual.
- Frente a la nueva realidad del envejecimiento, las universidades del siglo XXI no pueden ser sólo casas de conocimiento, sino comunidades de aprendizaje y espacio de intercambios de experiencias.
- Crear con los alumnos de los PUMPs de España y Portugal una

Confederación Ibérica, fuente de diversidad cultural, de intercambios, de innovación y de creatividad.

- Las Universidades de Oporto, Vigo y Madeira acuerdan un proyecto de investigación sobre los beneficios de los PUMPs, llevando a Bruselas las propuestas basadas en los resultados.
- Aprovechar las nuevas oportunidades de la comunicación digital en las aulas. CAUMAS ha apostado por la difusión de información a través de su plataforma
- El Plan Bolonia ha integrado la investigación, la innovación y las relaciones intergeneracionales en la Universidad de Mayores, una oportunidad para desarrollar com-

petencias en estas tres áreas de conocimiento.

- La movilidad de los estudiantes universitarios seniors entre universidades es una demanda generalizada. Las experiencias de intercambios confirman que es una cuestión a resolver urgentemente con las instituciones.
- Los mayores universitarios no quieren tener límite en el tiempo de aprendizaje, y desean seguir en la Universidad todo el tiempo que precisen, transmitiendo conocimientos.
- Se necesita coordinación para adoptar una "Estrategia Europea para el envejecimiento activo y saludable" y una "UE sensible a las cuestiones relativas a las personas mayores" para crear un crecimiento inteligente, sostenible e incluyente (Europa 2020).

 www.caumas.org

REIACTIS 2016: envejecimiento y empoderamiento



El V Congreso Internacional REIACTIS (Red Internacional de Estudios sobre la Edad, la Ciudadanía y la Integración Social) tendrá lugar en la Universidad de Lausana (Suiza), del 10 al 12 de febrero de 2016. Bajo el lema "Superación de la vulnerabilidad: Perspectivas del Ciclo de Vida", se analizarán estas dinámicas

con el objetivo de que las personas mayores puedan mantener o adquirir empoderamiento a través de todo el ciclo de vida, ya sea en la esfera pública (empleabilidad y oportunidades de capacitación, uso activo de derechos democráticos, participación social y voluntariado), del dominio privado (fami-

lia, relaciones de pareja o vecinales, etc.) o cuando se trate de la articulación entre las áreas privadas y públicas (especialmente la vida institucional).

El envejecimiento propicia simultáneamente la pérdida de poder, las for-

mas de emancipación, las vulnerabilidades y los recursos, por tanto, se enfocará el empoderamiento de las personas mayores desde la innovación social, la acción colectiva, la socialización y la reconfiguración de su ciudadanía, entre otras ópticas.

 www.reiactis2016.ch

FOTOS: EDU VILAS-IMSERO



Día Internacional de las Personas Mayores

Vitoria-Gasteiz, escenario para mensajes de convivencia, participación e implicación intergeneracional

EVA LEAL, periodista

La señorial y romántica ciudad de Vitoria-Gasteiz, capital alavesa, ha sido el escenario elegido para la celebración del Día Internacional de las Personas Mayores, que la Asamblea de las Naciones Unidas decidió para el 1 de octubre. A ritmo de jazz, como no puede ser de otro modo en la también capital que corona esta música en España, el Ministerio de Sanidad, a través del Instituto de Mayores y Servicios Sociales (Imsero), la Diputación de Álava y el Ayuntamiento de la ciudad anfitriona, resumieron todos los homenajes que en el mundo se sucedían, en el mismo momento, hacia sus

mayores con una sola y significativa palabra: "Gracias".

"Gracias por llenar espacios con vuestra vitalidad, gracias por vuestra labor en el desarrollo económico y social de la sociedad, y gracias porque siempre estáis enseñando a aprender". Así lo agradeció César Antón, Director General del Imsero, cuando se refirió a las personas mayores como "personas que convívís y participáis activamente con la sociedad, y que os implicáis en esta convivencia".

Sin duda, las personas mayores se han convertido en España en un motor importante, no sólo en el familiar sino en el de participación y liderazgo, y de este modo han decidido autogestio-

nar su futuro y liderar todas las decisiones que se refieran a este sector de población. De este modo, se ha recordado que el Consejo Estatal de las Personas Mayores ha cumplido 20 años con el firme objetivo de "afianzar la solidaridad entre generaciones y otorgar voz y protagonismo a las personas mayores", como argumentó el ministro de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, Alfonso Alonso en su primer pleno como presidente del Consejo CEPM.

Asimismo, la celebración de este Día tan especial coincidió con el anuncio de la inminente aprobación del Consejo de Ministros del "Marco de Actuación para las Personas Mayores",



CIAS!

Antón explicó que se está hablando de 348 medidas y propuestas para fortalecer el ejercicio de los derechos de las personas mayores, y para adaptarse a los retos del envejecimiento activo y lograr una sociedad mejor y más justa, para y con los mayores. “Llevo muchos años ejerciendo en políticas sociales, pero cada día aprendo algo de vosotros, lo que implica que los responsables institucionales queramos hacer

un desarrollo de la Estrategia 2020 y de las orientaciones que han de guiar el envejecimiento activo y la solidaridad entre las generaciones, en cuya

elaboración han tenido un papel especialmente importante las propias personas mayores, ya que se ha redactado en base a sus aportaciones. César

En titulares

- Pedimos considerar nuestra participación como eje fundamental del desarrollo de las políticas que nos afecten. Nada para nosotros sin nosotros.
- Envejecer debe ser en comunidad: Gobierno, sector privado y sociedad civil tienen que unirse para una sociedad real, de todas las edades.
- Hay que trabajar para que las personas mayores cambien de forma de vivir, por tanto sus demandas no son sólo para ellas, sino para todos.
- El homenaje en este Día Internacional no sólo se basa en visibilizar a los mayores poniendo en valor lo que han aprendido, sino de implicar a toda la ciudadanía para desarrollar la Ciudad Inclusiva.
- Tienen que ponerse “las pilas”, porque si a los políticos se nos olvida lo que les prometemos, son las personas mayores las que tienen que ayudar a recordárnoslo.
- Las personas mayores son las únicas que preguntan por TODO, transportes, colegios, pensiones, viajes, política... sin duda, aportan valores.
- En realidad, el Día Internacional de las Personas Mayores es un agradecimiento por el resto de los días que lucháis.
- Al fin y al cabo, las personas mayores tenemos un día al mes, porque participamos del Día de la Mujer, el de la Salud Bucodental, el del Alzheimer, el del Abuelo...; por lo menos los 12 meses!

Premios a la lucha

El Ministerio de Sanidad, a través del Imsero reconoció en este Día Internacional a seis personas que representan la lucha de muchas personas en el mundo por los derechos de las personas mayores. Tienen nombre y apellidos, pero en ellas y en sus discursos se reconocen la labor de tantas otras cuyo Día se celebra todo el año.



De izquierda a derecha:

José María Alonso Seco, desde 1995 ha ostentado cargos como director general del Mayor, o viceconsejero y consejero de Servicios Sociales de la Comunidad de Madrid. *"He querido dar siempre un sentido social a mi vida. Las personas que trabajamos en servicios sociales somos afortunadas porque contribuimos a mejorar la sociedad"*.

Rocío Fernández Ballesteros, científica, profesora de universidad, investigadora y escritora.

"Debemos exigir la participación política, a través de un porcentaje de los mayores en las listas electorales, por ejemplo, y no permitir que en la sociedad se discrimine por cuestión de edad".

Fundación Próximo Próximo, (**María Jesús Juste**, su presidenta) una

organización sin ánimo de lucro que atiende a más de 600 familias, personas mayores con discapacidad o dependencia. *"Ruego que no se haga más recortes en esta materia, y que permita que lleguemos a más familias"*.

Catalina Rodríguez Ponce, Auxiliar de clínica en Málaga y profesora titular de cientos de profesionales de enfermería, que hoy la ayudan donde vaya. *"Este galardón es para todas aquellas personas que convierten su cotidianidad en algo meritorio"*.

José Andrade Paz, presidente de la Asociación gallega de pensionistas (ASOGAPEN) y Melchor Rodríguez Andújar, presidente hasta 2012 del centro social de Mayores en Ceuta. Fueron galardonados en este Acto aunque no pudieron estar presentes.

nuestro trabajo de la mejor forma posible y de la mejor forma que sabemos... los políticos también somos personas", aseguró en Vitoria.

Política en Sociedad

En este sentido se expresó la diputada de Servicios Sociales de Álava, Beatriz Artolazabal, cuando se sinceró con las personas mayores comentando que no sólo hay que acordarse de ellas en un día, o bien cuando hay elecciones: "Sois el pasado y el presente y tenéis que ayudarnos a hacer el futuro. Por eso, lo que mejor define el día de hoy y los días restantes es ¡gracias!". La diputada se dirigió también a las personas mayores vascas, a las que "no voy a olvidar" y anunció la puesta en marcha de medidas asistenciales necesarias para la calidad de vida del colectivo.

"Las personas mayores estamos empoderadas para solucionar muchas cosas, porque con la experiencia y serenidad estamos ayudando a hacer mejor nuestros pueblos y nuestras ciudades"

La directora del Departamento de Políticas Sociales del Ayuntamiento de Vitoria, Sara Buesa, también quiso hacer su homenaje como anfitriona, comentando que las personas mayores no quieren que les protejan, sino que se respeten sus derechos, y lamentó que aún se identifican a las personas mayores como un colectivo vulnerable y homogéneo. Sin embargo, argumentó en su defensa que tienen sus opiniones e inquietudes, y así se demuestra en los centros culturales y los talleres –de los que dieron ejemplos en la parte lúdica del acto– de los que se desprende que "queréis seguir siendo personas activas, compaginando vuestras condiciones personales y de salud con tener voz y voto en la sociedad".

Por ello, para el Ayuntamiento de Vitoria, y para el resto de las administraciones locales internacionales, esta jornada mundial tiene un doble objetivo: por un lado, la visibilización y conocimiento para afrontar la vejez, poniendo en valor los cambios que han afrontado las personas mayores, así como pasar de una sociedad cerrada a una plural y abierta; y por otro, la implicación de la ciudadanía, reivindicando el espacio que se merecen y al mismo nivel que el resto. Para ello “hace falta un cambio de mentalidad”, aclaró Sara Buesa.

Con voz propia

“Estoy convencido que damos más de lo que recibimos”, aseguró José Manuel Odriozola Azurmendi, representante del Consejo Estatal de Personas Mayores y Presidente de la Federación de Personas Mayores del País Vasco. Fue el encargado de dar voz propia a las personas mayores en este Día Internacional, y reivindicó el papel de este colectivo porque “somos factor de producción”, refiriéndose a que las personas mayores son actualmente el punto de mira de empresas de cosméticos, deporte, turismo en invierno, sector solidario y voluntariado, entre otras. Por este motivo recuerda que están empoderados para solucionar muchas cosas, “porque tenemos experiencia y serenidad, y estamos ayudando a hacer mejor nuestros pueblos y nuestras ciudades”.

En esta línea, Odriozola pidió la creación de consejos de mayores locales que sean reales y efectivos, y no sólo “presencial”; reivindicó que los abuelos tienen que estar en los consejos escolares como educadores, y en la toma de decisiones que afecten a ellos y a su familia –servicios sociales, sanidad, transporte, interior, vivienda– porque “somos sujeto de derecho y no una carga. Queremos participar más, queremos opinar... ¿y por qué no podemos ser concejales de nuestro pueblo a nuestra edad?”, apuntó ◀◀



Protección de Derechos

En el Día internacional de las personas mayores, la Mesa Estatal por los Derechos de las Personas Mayores –constituida por las principales entidades del país y unida al movimiento existente en 57 países– ha vuelto a hacer un llamamiento a los gobiernos, administraciones públicas, instituciones y a toda la sociedad civil, para seguir defendiendo una Convención de Naciones Unidas para los Derechos de las Personas mayores,



que contribuiría a poner sobre la agenda política de los gobiernos los derechos y las políticas adecuadas para una sociedad “que envejece rápidamente y que tiene que estar preparada para garantizar el bienestar y la seguridad de su ciudadanía a lo largo de toda su vida”.

En la reunión de los estados miembros del pasado mes de junio, en Nueva York, se concluyó que las personas mayores siguen sufriendo discriminación por edad “y el marco actual internacional de derechos humanos no las está protegiendo de manera adecuada”. Hasta ahora, sólo América Latina, dentro de la OEA, ha aprobado un marco global de derechos de los adultos mayores -liderando así el camino hacia una nueva convención global- para proteger y promover los derechos de las personas mayores: “para que todos nosotros, sin importar dónde vivimos, disfrutemos de la misma protección de nuestros derechos humanos en la edad avanzada”.



Los usuarios valoran positivamente las actividades encaminadas a mejorar la comunicación del Imsero

Las visitas a la nueva Web, así como la facilidad de acceso al nuevo Sistema de información en Servicios Sociales (SEISS), arrojan cifras optimistas que demuestran el nivel de satisfacción

El Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, a través del Instituto de Mayores y Servicios Sociales (Imsero), ha puesto en marcha este año varias actividades encaminadas a mejorar la comunicación con los usuarios, y ha comenzado con la renovación del diseño de su Página Web que incluye como iniciativa “estrella” el nuevo Sistema de Información de Servicios Sociales (SEISS), una plataforma que difunde datos de los servicios sociales y políticas de asistencia de manera unificada.

no se llegaría donde ahora estamos”. En este sentido, César Antón ha alabado la labor de las iniciativas privadas: “Donde no llega lo público, llega lo privado, se trata de una riqueza en la atención y protección social, y es bueno saber dónde están, que existen y qué hacen”.

Más de 600.000 usuarios en dos meses

Desde la presentación del nuevo formato de la Página Web del Imsero, el pasado mes de mayo, el balance de visitas ha sido muy positivo, ya

Tanto la página Web como la plataforma SEISS eran herramientas ya existentes, pero se trataba de verlas “de manera integral”, según explica el director del Imsero, César Antón Beltrán: “Hay mucha información y es

bueno contrastarla con las entidades colaboradoras, públicas y privadas, que trabajan en servicios sociales, porque forman parte del sistema y ayudan a este nivel de cobertura actual; sin estos agentes acreditados



que según fuentes de la Secretaría General del Imserso, a finales del mes de julio, el espacio del Instituto ha contado con más de 600.000 usuarios, registrando más de 900.000 sesiones de visitantes. Los datos arrojados en los dos primeros trimestres también subrayan el uso de la sede electrónica por más de 150.000 usuarios, con unos cuatro millones de páginas vistas. El espacio más visitado en estos meses ha sido el Portal de la Dependencia, con cerca de 76.000 personas.

Según el director del Imserso, con el nuevo diseño se ha tratado de ofrecer una web accesible donde la tecnología no suponga un problema, que se pueda obtener información sobre datos estadísticos, centros, servicios y programas para mayores. Para ello, esta nueva herramienta incluye un buscador semántico que permite realizar búsquedas en lenguaje natural, acercar la información a las personas mayores y permitirles acceder a los contenidos de una manera directa, sencilla y rápida.

Acceso directo a servicios

Una herramienta de alta tecnología no tiene por qué restar sencillez a su uso, y esa filosofía es la que ha inspirado al Imserso para adaptarse a las necesidades de un grupo de población tan heterogéneo como lo es actualmente el de las personas mayores. **Facilitar el acceso a la información, buscar la sencillez de uso del sistema y ofrecer**

El Imserso está trabajando en un enlace con el Consejo Estatal de Personas Mayores para compartir los programas que se ofrecen desde las distintas organizaciones que conforman el Consejo

toda la información relacionada con ellas, bien disponible por el Imserso o a través de enlaces con entidades u otras administraciones, **componen los pilares básicos de esta renovada herramienta.**

Con una mayor presencia de elementos gráficos, la Web dispone de CINCO ACCESOS DIRECTOS a áreas temáticas básicas relacionadas con la actividad del Imserso, que también tienen su interacción con los usuarios a través de las redes sociales:

- Personas Mayores,
- Turismo y Termalismo,
- Autonomía Personal y Dependencia,
- Prestaciones y Subvenciones,
- Centros de Asistencia a Personas.

Bajo estos accesos, el servicio que para Internet viene ofreciendo la actual plataforma Web del Imserso abarca, por el momento, un total de 28 sitios web que comparten un mismo escenario tecnológico y que corresponden a la propia página institucional:

- Espacio del propio Instituto del Imserso: www.imserso.es
- Uso de Sede Electrónica del Imserso, a través de www.imserso.es

- «Portal de la Dependencia», www.dependencia.imserso.es
- Centro de Referencia Estatal de Autonomía Personal y Ayudas Técnicas (CEAPAT), www.ceapat.es
- Centro de Referencia Estatal de Atención al Daño Cerebral (CEADAC), www.ceadac.es
- Centro de Referencia Estatal Discapacidad y Dependencia, www.crediscapacidadydependencia.es
- Centro de Referencia Estatal Alzheimer, www.crealzheimer.es
- Centro de Referencia Estatal Enfermedades Raras, www.creenfermedadesraras.es
- Centros de Atención a Personas con Discapacidad Física (CAMF) (Alcuéscar, Ferrol, Guadalajara, Leganés y Pozoblanco)
- Centros de Recuperación de Personas con Discapacidad Física (CRMF), (Albacete, Lardero, Salamanca, San Fernando y Madrid)
- Centro de Promoción de la Autonomía Personal de Bergondo, www.cpapbergondo.es
- Red Intergubernamental Iberoamericana de Cooperación Técnica (Riicotec), www.riicotec.org
- Revista «Autonomía Personal», www.autonomiapersonal.imserso.es
- Revista «60 y más», www.revista60ymas.es
- «Espacios Colaborativos», <https://colaboracion.imserso.es>
- Mini sites de soporte de la «Red Mundial de Ciudades Amigables



con las Personas Mayores» en España,
www.ciudadesamigables.imserso.es

- «Espacio Mayores»,
www.espaciomayores.es
- «Envejecimiento Activo y Solidaridad Intergeneracional en Europa»,
www.envejecimientoactivoeuropa.imserso.es
- Foro de Centros de Información en Productos de Apoyo (Iproa),
www.foroiproa.es
- Espacio de Buenas Prácticas en Servicios Sociales,
www.buenaspracticcas.imserso.es

Plataforma SEISS para información en Servicios Sociales

La renovada página Web cuenta ya con uno de sus productos estrella, como es la Plataforma de Información en Servicios Sociales (SEISS), un sistema de información integrado y unificado, que ya existía, pero mejora la manera de obtener los datos de manera integral. Según el Director General de Imserso, esta herramienta era una asignatura pendiente, que necesita de la colaboración de todos: “De este modo, desde el Gobierno se han tomado medidas responsables para coordinar la cohesión social en España”. En este sentido, Antón consideró indispensable “hacer sostenible el sector de atención a las personas mayores, las políticas de servicios sociales y las medidas a la dependencia”. El objetivo de la nueva herramienta es convertirse en “referencia estatal de evaluación de Servicios Sociales” y “crear un sistema único e integrado de indicadores de Servicios Sociales”, aclaró.

La plataforma SEISS publica datos e información de los sistemas de asistencia que se ofrecen en España, y lo hace “con rigor y transparencia”, según aclara César Antón. Ofrece un total de 80.000 datos con 86 indicadores, sobre distintas áreas, así como

distintas variables de análisis (sexo, edad, ámbito territorial...):

- Personas Mayores,
- Programas de Promoción del Envejecimiento Activo y Saludable.
- Servicios para permanecer en el domicilio.
- Centros Residenciales.
- Personas en Situación de Dependencia,
- Solicitudes.
- Resoluciones de valoración y Personas con derecho.
- Personas Beneficiarias y Prestaciones reconocidas.
- Convenios Especiales Cuidadores no Profesionales.
- Pensiones no Contributivas de la Seguridad Social,
- Pensiones de Jubilación e Invalidez.
- Servicios Sociales de Atención Primaria,
- Red Básica de Servicios Sociales en el Marco del Plan Concertado.
- Sistema de Información de Personas Usuarias de Servicios Sociales.
- Protección a la Infancia,
- Medidas de Protección.
- Adopciones Internacionales.

- Personas con Discapacidad,
- Personas con Valoración Oficial de Grado de Discapacidad.
- Prestaciones Sociales y Económicas para Personas con Discapacidad.

Para todas estas áreas que engloba el SEISS, la información se presenta bajo un mismo esquema basado en cuatro bloques funcionales:

- Indicadores Relevantes (a nivel nacional y con el detalle por CCAA).
- Detalle Indicadores (analiza los indicadores desde distintas variables, como sexo, edad, etc.)
- Informe Activo (detalle por CCAA de los distintos indicadores para cada año seleccionado)
- Salida Excel

Los datos más nuevos de la plataforma corresponden a las estadísticas de 2013, o de 2012, según el área, y se ha realizado con la colaboración de la Dirección General de Políticas de Apoyo a la Discapacidad y la Dirección General de Servicios de Apoyo a la Familia y a la Infancia. Los datos, a su vez, proceden de las aportaciones de información de las comunidades y ciudades autónomas, así como de las entidades locales.

Los nuevos estilos y funcionalidades de la página Web del Imserso la convierten en la sexta versión desde su aparición en Internet a mediados de la década de los 90. Según la Secretaría General del Imserso, el pasado mes de mayo, la auditoría de accesibilidad ha tenido como resultado el cumplimiento de los requisitos de accesibilidad de nivel Doble-A Technosite WCAG 2.0 de las directrices de accesibilidad para el contenido web 1.0 del W3C-WAI, así como los requisitos

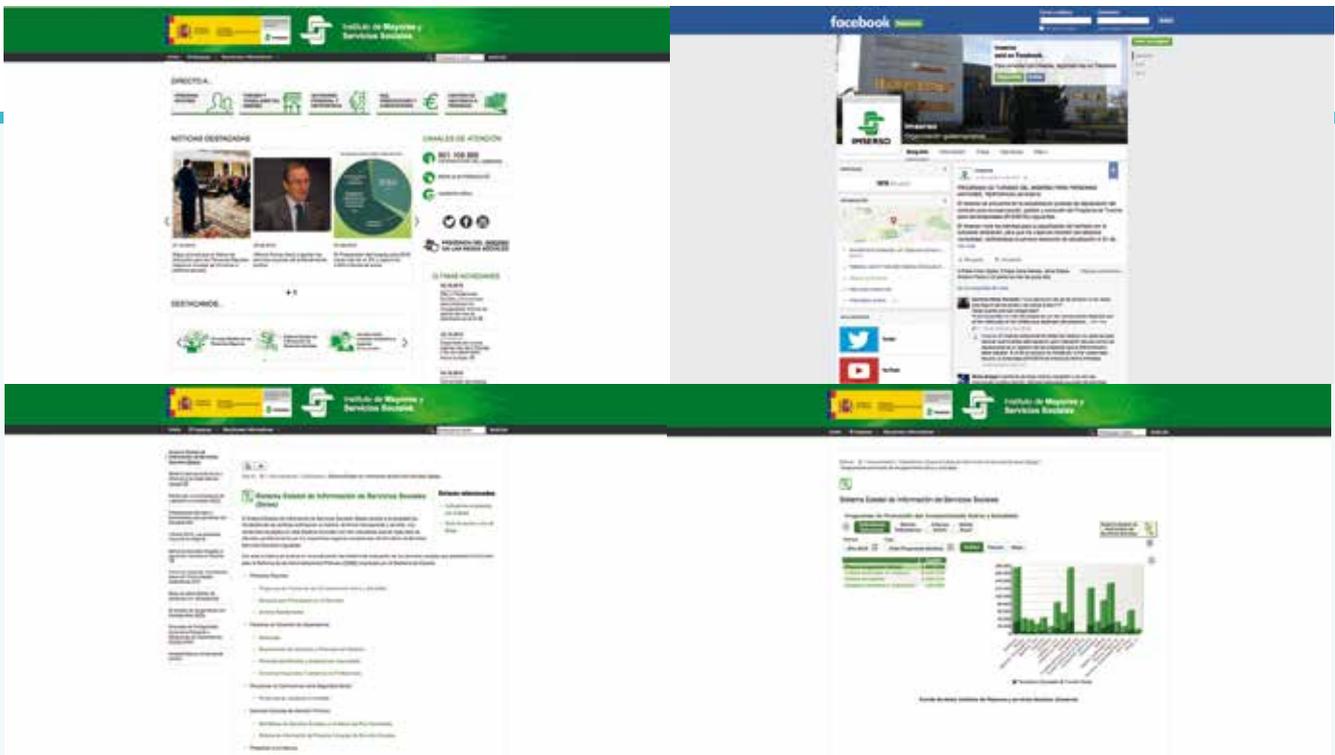
necesarios para satisfacer la Norma UNE 139803:2004; conforme se vayan desplegando los nuevos estilos y funcionalidades en el resto de sitios de la plataforma se irán realizando las pertinentes auditorías, lo que no es óbice para que los sitios que la conforman mantengan ya el máximo nivel de accesibilidad.

Novedades

Como novedades el Imserso está trabajando en un enlace con el Consejo

Estatal de Personas Mayores para compartir los programas que se ofrecen desde las distintas organizaciones que conforman el Consejo, según ha explicado César Antón.

Por otra parte se incorpora un visor PDF asociado a las publicaciones del Instituto, el buscador “Espacios Mayores” y funcionalidades para la Intranet, como una mediateca y una plataforma de teleformación. Próximamente se implantará también un reproductor web de vídeos ◀◀



Las Mejoras del SEISS

Según el Secretario general del Imserso, Francisco Ferrandiz Manjavacas, la Plataforma SEISS es una de las herramientas más completas en contenidos de servicios sociales existente, “pero hay que ser humildes y saber que se puede mejorar, por lo que pide la colaboración de los usuarios para localizar esas posibles mejoras”. En este sentido, SEISS se presentó también en

el Curso “Sistemas de Información en Servicios Sociales” que el Imserso organizó junto a la Universidad Complutense de Madrid en el marco de los Cursos de Verano de El Escorial.

Entre las mejoras que aporta este servicio, destaca la posibilidad de consultar los datos “online”, también a través de teléfono móvil (cuenta con una versión especial para estos dispositivos) y exportar las tablas de datos

e información en formato “Excel”. Es compatible con Internet Explore 9 o superior, Firefox y Chrome. La plataforma incorpora una guía de uso y ayuda para su manejo.

Se trata de ofrecer un sistema único de indicadores y datos que integra información de servicios sociales, con fuentes públicas oficiales. Pretende ser útil para profesionales y estudiosos, así como comprensible para los ciudadanos ◀◀



El Senior *Cohousing*

pide la implicación de toda la ciudadanía

La creciente demanda de estas viviendas colaborativas debe integrar a todos los sectores de la sociedad, incluyendo los futuros planes urbanísticos

El tipo de Vivienda Colaborativa, o escenario de convivencia y colaboración, que naciera en Dinamarca a finales de los años 60, ha sido el modelo que han seguido las personas mayores en España para participar en el diseño, gestión y desarrollo de alternativas residenciales que convierten en sus hogares para vivir con plena autonomía, dentro de una comunidad solidaria. Actualmente, esta iniciativa ciudadana se ha unificado bajo el nombre de *Cohousing*, un fenómeno cada vez más extendido por sus óptimos resultados, y como un pilar de la construcción de una sociedad para todas las edades, por implicar a todos los sectores de la ciudadanía.

La creciente demanda que existe actualmente en este tipo de viviendas colaborativas, está dando lugar a atender más a fondo este fenómeno, conocer hacia dónde se dirige y cómo se resuelve esta necesidad, con soluciones de participación en convivencia a partir de casos prácticos puestos en marcha. Por este motivo, el Imserso organizó el pasado mes de octubre una jornada informativa y reflexiva sobre lo que significa el *Cohousing*: "Autonomía y participación en la creación de alternativas residenciales", porque entiende que esta fórmula, de reconocimiento internacional, se emplea de forma efectiva en las personas mayores y otros colectivos vul-

nerables, según aseguró el Secretario General del Imserso, Francisco Ferrandis. Asimismo, advirtió que en este modelo de vivienda confluyen aspectos financieros, urbanísticos y sociales que necesita de la implicación de todos los sectores y administraciones públicas.

El Centro de Referencia Estatal de Autonomía Personal y Ayudas Técnicas del Imserso (Ceapat) fue el encargado de acoger en su sede a expertos internacionales, nacionales y protagonistas de proyectos puestos en marcha, como Trabensol (Madrid) y Profuturo (Valladolid) para dar respuesta al enfoque de modelo arquitectónico residencial, con un proyecto

integral que genera un estilo de vida autónomo y de inclusión en la comunidad, con la participación de las propias personas mayores usuarias.

Modelo residencial coherente

Cohousing nace de un "vivero de iniciativas ciudadanas" que desarrollan casas o apartamentos privados con su cocina propia, salón comedor, etc., junto con amplios espacios y facilidades comunes: salas multiusos, biblioteca, talleres, zonas verdes, espacios para los niños, cafetería-restaurante, gimnasio, piscina, e incluso consulta médica geriátrica. Esta forma de vivienda comenzó en Dinamarca a finales de los años 60 y se extendió

a Norte América a finales de los 80. En España, las personas mayores son las pioneras en realizar esta forma de vida que conduce a una ayuda mutua que refuerza su autonomía personal y, por ende, un envejecimiento activo en comunidad, incluidas las personas con dependencia y con discapacidad.

Su éxito se debe a que las personas mayores cada vez cuentan con una vida más larga, y por tanto, una vez llegada la edad de la jubilación, buscan:

- Calidad en el entorno
- Una comunidad que les evite el miedo al aislamiento
- No ser una carga para los hijos
- Descubrir nuevas oportunidades

Con estas condiciones, el *Cohousing* tiene mucho sentido, según comentaron los expertos, ya que propicia la ayuda de unos a otros, y la dota de unas características privilegiadas:

- El diseño lo hacen las propias personas mayores, por lo que responde directamente a sus necesidades.
- Se toman decisiones que favorecen la vida comunitaria, por ejemplo, sentarse con los arquitectos.
- Es la continuación de la propia casa, incluidas las zonas comunes, que tienen un uso diario y nunca cierran.
- Están autogestionadas, y aunque existen tareas directivas, a través de un Consejo Rector, no hay directores ni líderes.
- Fomenta la afinidad, el vivir juntos, que no significa que sean comunas, ya que se respeta la vida privada.
- En un *Cohousing* no existe una economía común, no es un negocio, sin embargo existen iniciativas que velan por el ahorro con nuevas fórmulas medioambientales.
- Fomenta la intergeneracionalidad, a través de actividades comunes con niños, adolescentes y profesionales. En la mayoría, además, la cafetería está abierta al público no residente.
- La participación vecinal es constante, pero voluntaria, dependiendo de la capacidad y habilidades de cada persona.



PONENCIAS Y VIDEOS DE LA JORNADA

www.jubilares.es

www.imserso.es (Formación especializada)



ACCESO "MANUAL DE SENIOR COHOUSING"

<http://blog.jubilares.es/tag/cohousing/>



EJEMPLOS DE COHOUSING

www.profuturovalladolid.com

www.trabensol.org

“Los entornos cambian y las personas mayores también, porque ya no necesitan esperar a que les den las cosas hechas, sino que pueden dar, proponer y hasta liderar dónde y cómo quieren vivir”

- Constituyen una herramienta en los ámbitos políticos, porque se ahorran en gasto al ayudarse unos a otros.
- Los hogares son adaptados y adaptables, porque se generan criterios a la hora de diseñarlos: eficaz, barato y eficiente.

Adelantando el futuro

Entre las sugerencias del panel de expertos participantes en esta jornada, quedó claro que para desarrollar óptimamente este modelo de vivienda colaborativa se necesitan cuatro variables imprescindibles: Investigación, Divulgación, Asesoramiento y Asociacionismo. El criterio común se

basa en que se necesita de todos (en el *Cohousing*, uno más uno son tres, comentaba el profesor Charles Durrett) para crear nuevas comunidades adaptadas a los cambios de las propias personas mayores. Por ejemplo, en algunas comparten coche, o se construye el parking en una zona común para que los vecinos puedan verse todos los días. También se organizan tertulias “cuyo principal tema es la vida allí”, de lecturas en la guardería en la que comparten nietos y vivencias, o bien en el “salón del silencio”, que han creado los residentes de Trabensol, tan necesario algunas veces.

Esta participación creativa también ha llevado a las personas mayores a

adelantarse al futuro y “sentar bases para generaciones venideras”, como es el diseñar construcciones sostenibles, con paneles solares, edificios bioclimáticos, que no solo son positivas con el medioambiente sino que son más económicas. Todos los usuarios de *Cohousing* participantes en las jornadas coincidieron en la bajada de las distintas facturas, y entre las más significativas, la de la luz.

En este sentido, las personas mayores que se han embaucado en esta iniciativa a través de cooperativas, creen que el *Cohousing* ha despertado el interés de los medios de comunicación, a través de la difusión, pero no de las administraciones públicas “que deben ocuparse también de estas edificaciones que con tanto esfuerzo hemos construido y que tantas mejoras aportan a los mayores”; por ejemplo, adaptando las leyes a una nueva forma de participación que los mayores están consiguiendo, y que tendrá que ser de interés “a corto plazo” para los futuros planes urbanísticos. Si el modelo apunta a convertirse en “urbanización” - el complejo residencial Profuturo en Valladolid, de 127 apartamentos, es un proyecto completamente urbano, está



en la propia ciudad- hay que entender que en los planes urbanísticos tienen que dejar espacios para este tipo de proyectos “donde convivan padre, hijos, nietos”, aminorar los gastos y ser mayor sin sentirse solo.

En lo referente a la fiscalidad, también existen muchas trabas que según expertos y usuarios, necesitan ser reguladas, como por ejemplo si están exentos de IVA al ser sin ánimo de lucro o si repercute el IVA que están pagando, entre otras, para ello, piden sentarse con la Administración a corto plazo.

El principio de la dignidad

En lo referente al modo convivencial, coinciden los usuarios en querer liderar sus propios proyectos de vida, para ello también incluyen a personas mayores son distinto grado de dependencia y discapacidad. Que exista un modelo *Cohousing* o que las antiguas residencias se conviertan en vivienda, solo responde a un principio: la dignidad, es decir, autonomía personal, diversidad, libertad, seguridad, salud y participación, que no son más que el

MIGUEL ANGEL VALERO, DIRECTOR CEAPAT-IMSERO

“Para trabajar en la autonomía personal nos vamos a tener que ayudar unos a otros, y la forma de vivir que propone el *Cohousing* tiene mucho que ver en este sentido”.

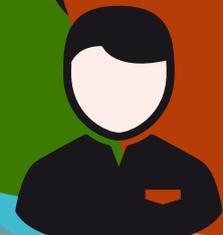
MIGUEL ÁNGEL MIRA, PRESIDENTE DE LA ASOCIACIÓN “JUBILARES”

“Esta forma de vivir no es una comuna ni un negocio. Esto es envejecimiento activo: yo diseño, yo participo, yo gestiono actividades... y eso es positivo para la salud”.

CHARLES DURRETT, ARQUITECTO. SOCIO COHOUSING CO. AUTOR DEL MANUAL DE SENIOR COHOUSING

“Se trata de un modelo social espontáneo, porque aunque un senior quiera privacidad, terminan pasando el día en el porche o en casa del vecino tomando unas cañas”.

Lo que
opinan los
expertos





FOTOS: JUBILARES

respeto a los derechos fundamentales de las personas.

Los expertos argumentan que en este tipo de vivienda es importante la personalización de los espacios, que garantice un equilibrio entre la privacidad y la comunidad, que tenga en cuenta las dimensiones de la subjetividad de las personas, que incluya la intergeneracionalidad.

En este sentido, el *Cohousing* es muy positivo para las personas con discapacidad o con distintos grados de dependencia, porque fomenta la conducta autónoma que responde a sus necesidades, y cuentan con espacios donde desarrollar las capacidades adquiridas. Puede ser un modelo integrador, de inclusión y que a su vez sea protector.

Por tanto, esta jornada mostró el interés por divulgar este conocimiento para que se investigue, se asesore y se tenga en cuenta entre las asociaciones de personas mayores, porque hay una tarea urgente y necesaria que está poniendo de manifiesto las nuevas demandas: Diseñar escenarios de futuro ◀◀

JAIME MORENO,
CO-CREADOR Y RESIDENTE
EN EL CENTRO SOCIAL
DE CONVIVENCIA PARA
MAYORES TRABENSOL

“Sugerimos que la Administración del Estado no solo se preocupe de las residencias de mayores, sino de estas edificaciones que hemos construido para ganar vida a lo años”.



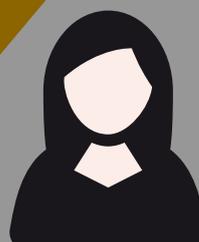
FELIPE MARTÍN,
SOCIO FUNDADOR Y
PRESIDENTE DEL CONSEJO
RECTOR DE LA SOCIEDAD
COOPERATIVA “PROFUTURO
VALLADOLID”

“Se trata de una oportunidad también para los profesionales, por ejemplo para el sector de la construcción y para el diseño de los futuros planes urbanísticos, en la que nos implicamos todos”.



PILAR RODRÍGUEZ,
PRESIDENTA DE LA
FUNDACIÓN “PILARES”

“Hay muchas preguntas en el aire ¿dónde queremos vivir? ¿es suficiente? ¿nos gusta lo que hay? ¿Cómo lo modificamos? Y hay que responderla con un principio fundamental: la dignidad”.



GONZALO BERZOSA,
DIRECTOR DE LA
ESCUELA DE FAMILIAS
Y DISCAPACIDAD DE
FUNDACIÓN MAPFRE

“¿Por qué el *Cohousing* es buena iniciativa para personas con discapacidad? Porque ahora se miran las historias de vida, y se puede convertir en un modelo integrador y protector”.



Documentación sobre bienestar y calidad de vida en Maduralia

www.maduralia.com

Maduralia es el I Congreso científico-social sobre el bienestar y la calidad de vida en la madurez. Una vez celebrado, las ponencias, videos y documentación sobre las sesiones pueden ser consultadas abiertamente en su espacio Web.



Pautas para “Envejecer sin ser Mayor”

www.fundacionpilares.org/envejecer_sin_ser_mayor.php

La Fundación Pilares presenta el libro “Envejecer sin ser mayor. Nuevos roles en la participación social en la edad de la jubilación”, segunda entrega de la Colección Estudios de la Fundación. Esta investigación analiza cómo las nuevas generaciones de personas mayores despliegan comportamientos y demandas sociales muy diferentes a sus antecesores. Se puede acceder a la publicación completa en el enlace Web.



Unidad de Memoria para la prevención

www.cognitivaunidadmemoria.com

Cognitiva Unidad de Memoria es el primer Centro de Rehabilitación Neurocognitiva dirigido a la prevención y tratamiento de las personas sanas, jubiladas, con problemas de memoria asociadas a la edad, con deterioro cognitivo leve y demencias en estadios leve y moderado. Su objetivo es el bienestar de las personas mayores a través de tratamientos no farmacológicos.



Cómo ser una ciudad amigable con las personas mayores

www.ciudadesamigables.imsero.es.

La Red Mundial de Ciudades y Comunidades Amigables con las Personas Mayores, impulsado por la OMS, está destinada a crear entornos y servicios que promuevan y faciliten un envejecimiento activo y saludable. El Imsero, organismo encargado en España, ha celebrado unas jornadas internacionales en las que se facilitan los pasos para ser Ciudad Amigable, cuya documentación y ponencias publica en su Web específica, con acceso al Blog.

Servicios y recursos para personas mayores en Bibliotecas públicas

www.facebook.com/Servicios-y-Recursos-para-Personas-Mayores-en-Bibliotecas-Públicas-1523228797920825/

Página de Facebook impulsada desde la Universidad de Murcia, en la que se publican, analizan y difunden información, experiencias de trabajo y modelos de buena práctica sobre el trabajo que realizan diferentes bibliotecas públicas españolas con el colectivo de personas mayores.



FADAUM

Asociación de estudiantes universitarios del Aula de Mayores de la Universidad de Cádiz "JULIA TRADUCTA" Campus de Algeciras
asociacion.juliatructa@uca.es
<http://aum-algeciras2011.blogspot.com.es/>

Asociación de Mayores en la Universidad de Almería "Concha Zorita" (AMUAL)
amual@hotmail.es
www.ual.es

Asociación de Alumnos y Exalumnos del Aula Permanente de la Universidad de Granada en Ceuta (AULACE)
ronyserranofort@gmail.com
blogaulace.blogspot.com.es
Suplemento de Aulace en el Faro de Ceuta: www.elfarodigital.es/ceuta

Asociación de Alumnos y Exalumnos de la Cátedra Intergeneracional "Profesor Francisco Santiesteban" de la Universidad de Córdoba
asocalumnoscatinterg@uco.es
www.uco.es/asocalumnoscatinterg/

Asociación de Mayores Amigos de la Universidad de Málaga (AMADUMA)
amaduma@gmail.com
elblogdeamaduma.blogspot.com

Asociación de Alumnos y Exalumnos del Aula Permanente de Formación Abierta de la Universidad de Granada (ALUMA)
alumaasociacion@gmail.com
alumaasociacion.wordpress.com
<https://www.facebook.com/alumaasociacion>

Asociación Universitaria del Aula de Mayores y de la Experiencia de la Universidad de Huelva (AUMAE)
asociacion.amayores@ca.uhu.es
http://www.uhu.es/auladelaexperiencia/asociacion_alumnos_amexp/

Asociación de Alumnos del Aula de la Experiencia Maese Rodrigo. Mairena del Aljarafe (Sevilla)
ae.maeserodrigo@hotmail.com
www.upo.es

Asociación de Alumnos y Exalumnos del Aula Permanente de Formación Abierta de la Universidad de Granada en Motril (UGRAMOTRIL)
carmenperezquita@yahoo.es
<http://www.ugr.es/~aulaperm/>

Asociación Universitaria del Aula de la Experiencia de la Universidad de Sevilla
asaulaexp@gmail.com
www.asaulaexp.blogspot.com.es

Foto: Puente de la Constitución de 1812 ("Puente de la Pepa") en Cádiz. Primero en Europa por su altura, y segundo del mundo.

2016: Año del Entendimiento Global

La Federación Andaluza de Asociaciones de Aulas Universitarias de Mayores, FADAUM, se suma al movimiento del Año Internacional del Entendimiento Mundial de la UNESCO, apostando por vincular lo Local a lo Global, porque los cambios deben surgir de abajo hacia arriba, y las decisiones individuales y cotidianas provocan los desafíos globales. Este objetivo se logrará mediante la investigación, la educación y la información. Sirva nuestro grano de arena tendiendo puentes que acorten distancias ◀

BOLETÍN DEL PROGRAMA IBEROAMERICANO DE COOPERACIÓN
SOBRE ADULTOS MAYORES



EMPODERAMIENTO Y PARTICIPACIÓN
DE LOS ADULTOS MAYORES



OISS ORGANIZACIÓN IBEROAMERICANA
DE SEGURIDAD SOCIAL



Secretaría General
Iberoamericana
Secretaria-Geral
Ibero-Americana

BOLETÍN DEL PROGRAMA IBEROAMERICANO DE COOPERACIÓN SOBRE ADULTOS MAYORES

CREANDO SINERGIAS GLOBALES...

TÚ SUMAS



OISS

ORGANIZACIÓN IBEROAMERICANA
DE SEGURIDAD SOCIAL



Secretaría General
Iberoamericana

Secretaria-Geral
Ibero-Americana

www.oiss.org (publicaciones) y próximamente en la nueva Web del Programa de Adultos Mayores

ARGENTINA BRASIL CHILE ECUADOR ESPAÑA MÉXICO PARAGUAY URUGUAY