

# ESPECIAL

MADRID

Texto: **Cristina Fariñas**

Fotos: **M<sup>a</sup> Ángeles Tirado**

**U**no de los objetivos que perseguían estas jornadas era prevenir las situaciones de dependencia y romper la soledad de las personas mayores. Pilar Rodríguez, directora general del IMSERSO, encargada de la inauguración del evento destacó que “entre las personas mayores que viven solas casi el 60% se sienten solas y entre las que viven acompañadas representan el 10%”. Otra de las conclusiones que se extrajeron de sus palabras es que las personas que sienten soledad tienen mayor riesgo de aislamiento, de inactividad que conduce a la falta de autocuidado y a la pérdida de autoestima. Asimismo destacó que hay más mujeres mayores



## Ante el reto de la vida

Vivir solo no es siempre sinónimo de sentirse solo. La soledad en las personas mayores, sin embargo, va en crescendo y muchos de ellos se reafirman en su sentimiento de soledad, sin embargo, va en búsqueda, porque cuando es buscada uno no se siente solo. Durante esta jornada se reflexionó y debatió sobre la soledad y sus tipologías y como paliarla, para ello el IMSERSO las organizó el pasado mes de abril y ha puesto en marcha el programa “Cerca de ti”.

## Envejecimiento activo

que viven solas porque las mujeres españolas tienen la mayor esperanza de vida de mujeres en Europa. Vivir solos no quiere decir que la persona se sienta sola pero sí que la sitúa en un mayor riesgo de vivir en soledad.

### PROGRAMA TAD IMSERSO/FEMP

El programa TAD IMSERSO/FEMP diseñado para combatir la soledad en las personas mayores ofrece oportunidades de mejora para la propia teleasistencia domiciliaria y así nació la idea del proyecto "Cerca de ti" que es producto del acuerdo de varias entidades.

El programa de Teleasistencia tiene:

- 273.348 personas usuarias.
- 37% de ellas son mayores de 80 años y viven solas.
- Oportunidades de mejora de la TAD a través de un proyecto de I+D+i.

# la diaria

### ESTAR SOLO Y SENTIRSE SOLO

Ramona Rubio disertó sobre las diferencias y tipologías en la soledad de las personas mayores. Catedrática de Psicogerontología de la Universidad de Granada señaló: "invertir en soledad no es malo, pero hay personas que se encuentran mal invirtiendo su tiempo en estar solas". Es distinto estar solo a sentirse solo. El gran problema es sentirse solo, estar incluso acompañado pero percibir que no tenemos a nadie. La principal realidad de la soledad es la autopercepción. Todos los que invierten en soledad, han invertido en la misma empresa, algunos se sienten satisfechos y otros no, es una cuestión subjetiva.

Las tres teorías situacionales de soledad son: la pérdida de familiares, las separaciones, los desplazamientos y la independencia de los hijos. Ramona

Rubio aludió en su discurso a una frase de Eric Fromm: "Para huir de la soledad yo tengo que compartir la vida". Pero ¿qué estrategias existen para afrontar la soledad? Rubio habló de lo que ofrece la sociedad y de las personas que hay a nuestro alrededor.

Hay que organizar las condiciones de vida y buscar calidad de vida.

La soledad social sería esa vivencia negativa con falta de cariño y apoyo.

En cuanto a "Vivir en soledad en diferentes contextos", Juan López Doblas, profesor titular de Sociología de la Universidad de Granada dio unas visiones cuantitativas y cualitativas de la soledad.

### "CERCA DE TÍ", UN PROYECTO PARA COMBATIR LA SOLEDAD

Con el objetivo de dar apoyo psicosocial mediante voluntarios a personas mayores de más de 80 años en situación de soledad nace el proyecto "Cerca de ti", impulsado por el IMSERSO. El proyecto se basa en el colectivo de voluntarios capaz de mostrar su solidaridad con las personas mayores. Con el proyecto "Cerca de ti" no se busca únicamente que las personas mayores estén acompañadas por voluntarios del programa. La idea es ir más allá, es ayudarlas a adquirir hábitos de relación con otras personas, a que se sientan motivadas a salir de casa, a que fomenten la comunicación con los demás y a que rompan con su aislamiento.

El proyecto que cuenta con un protocolo de puesta en marcha como prueba que se dirigirá a siete Comunidades Autónomas y 300 personas cuenta con un presupuesto de 600.000 euros. Entidades como Cruz Roja Española, Caritas Española, Fundación Vodafone España, Asociación de Empresas y Servicios de Teleasistencia (ADESS-TA) y la Federación Española de Municipios y Provincias, FEMP, son instituciones implicadas en el proyecto. El objetivo final del proyecto es que las personas mayores de 80 años salgan de casa, prevenir situaciones de soledad y romper el aislamiento.

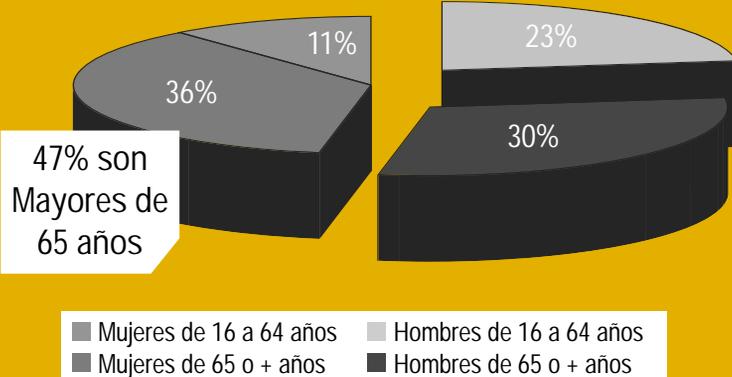
- Entre las líneas principales del proyecto, la ministra señaló: el apoyo emocional a mayores de 80 años.
- Va dirigido a 300 personas en ayuntamientos de siete comunidades autónomas.
- Investigación.
- Incorporación de experiencias de las asociaciones
- Formación de profesionales coordinadores
- Los resultados obtenidos se van a poner a disposición de entidades a través de guías de "Buenas Prácticas".

El Plan piloto comenzará en menos de dos meses en las siguientes comunidades autónomas: Asturias, Baleares, Castilla y León, Castilla La Mancha, Cataluña, Andalucía y Aragón. Esta experiencia permitirá, una vez evaluados los resultados de la misma la elaboración de documentos técnicos y guías de Buenas Prácticas para apoyar la extensión de este tipo de actuaciones. Uno de los pilares de la metodología que se utilizará será la realización de una evaluación continua del proyecto para saber en cada momento qué se está haciendo, de qué manera y con qué resultados. En esta evaluación desempeñarán un papel importante las corporaciones locales en las que se ubique el proyecto piloto.

Pilar Rodríguez, directora general del IMSERSO presentó el proyecto "Cerca de ti", durante la celebración de las jornadas "La Soledad en las Personas Mayores".

# ESPECIAL

## PERSONAS QUE VIVEN SOLAS (% DEL TOTAL DE POBLACIÓN POR GRUPOS DE EDAD)



Fuente: INE: Censos de población y viviendas 2001

Dio datos del estado civil de la población mayor entre las que se encuentra un 60% de las personas casadas y un 30% viudas, además ha habido un incremento de gente mayor que vive sola (de los últimos tres censos de población se extrae que la mitad de las personas mayores viudas viven solitarias).

Las conclusiones que se extrajeron de esta ponencia es que está progresando la vida en solitario de las personas mayores de más de 80 años, este avance es especialmente intenso en las más longevas y manifiestan el deseo de independencia residencial de generaciones como clara tendencia social.

## LA REALIDAD DE LAS PERSONAS MAYORES

“Hay personas mayores que viven y se sienten solas, otras que se sienten solas a pesar de vivir acompañadas y otras que aún viviendo solas tienen relaciones sociales y lazos afectivos satisfactorios y no sienten la amenaza de la soledad”, afirmó Vicente Pérez Cano, profesor titular de Psicología Evolutiva de la Universidad Pablo Olavide de Sevilla.

En cuanto a las acciones que se están llevando a cabo para paliar la soledad de las personas mayores destacan los Programas de Atención a Mayores en el ámbito rural de Castilla

## CONCLUSIONES BÁSICAS

- A medida que nos hacemos mayores nos sentimos más solos.
- Una cosa es estar solo y otra sentirse solo, no todo el mundo que vive solo tiene la sensación de soledad y se puede vivir acompañado y sentirse solo.
- Hay que buscar un plan de actuación ante la vida para luchar contra la soledad.
- Hay que adoptar medidas de prevención de la soledad de las personas mayores a través de recursos para que éstas se puedan desenvolver en su vida diaria.
- Existen escasos recursos para paliar la soledad y se deben promocionar los servicios de proximidad.

La Mancha expuesto por Ramón Muenera quien habló sobre la necesidad de crear y definir espacios de participación social y de desarrollo personal para las personas mayores y ofrecer a través de diferentes actuaciones una respuesta integrada para cubrir las necesidades de las personas que tienen problemas de dependencia.

## SEMBLANZAS



**PILAR RODRÍGUEZ**

Directora general del IMSERSO

“Vivir solos sitúa a la persona en mayor riesgo de sentirse en soledad”



**JUAN LÓPEZ DOBLÁS**

Profesor titular de Sociología

“El gran problema es sentirse solo, estar acompañado pero percibir que no tenemos a nadie”



**RAMONA RUBIO**

Catedrática de Psicogerontología

“Cada vez se envejece más en pareja y en convivencia con los hijos, no en solitario”

## Envejecimiento activo

Aislamiento, retraimiento social y limitación de la autonomía son algunos problemas característicos de las personas mayores y personas dependientes que viven en municipios de menos de dos mil habitantes. Proporcionar mejores servicios y facilitar más información sobre iniciativas y buenas prácticas pueden contribuir al desarrollo rural, frenar el éxodo a las grandes ciudades y aumentar su calidad de vida.

# El mundo rural demanda servicios de proximidad



MADRID

Texto: **Jesús Zamarro Cuesta**  
Fotos: **M<sup>a</sup> Ángeles Tirado**

**C**asi un tercio de las personas mayores de 65 años que habitan en España; (el 27,4%) viven en pueblos de menos de 2.000 ciudadanos o en habitats intermedios. Entre las principales ventajas de vivir en un medio rural están el ambiente tranquilo y el apoyo social —mucho más arraigado que en las grandes urbes—, mientras que las principales desventajas son la escasez de servicios y los problemas de accesibilidad a algunos centros y servicios. Además, habría que añadir otros problemas que se han generado en los últimos tiempos como la reducción del empleo, la falta de emprendedores, el éxodo a las grandes ciudades, el despoblamiento y la soledad.

A consecuencia de ello, incluso los apoyos sociales informales se han visto mermados, así como el número de cuidadores familiares, especialmente por la migración de las mujeres a la ciudad en busca de trabajo. Es, en resumen, un caldo de cultivo propicio para el aislamiento social, la soledad y la limitación de la autonomía de las personas mayores y las que están en situación de dependencia.

Con el objeto de reflexionar y debatir sobre esa realidad y aportar iniciativas que estimulen el desarrollo de los servicios de proximidad, el IMSERSO celebró a finales de abril, en su sede central, una jornada en la que se presentó el portal de Internet "[enclaverural.es](http://enclaverural.es)", diseñado por el Instituto y que supondrá la creación de una red social de expe-



# ESPECIAL

riencias innovadoras y la difusión de buenas prácticas en todo lo relacionado con los servicios de proximidad en el medio rural.

Como punto de partida de la jornada se tomaron dos iniciativas legislativas: la que regula la autonomía personal y la atención a las personas en situación de dependencia y la que regula el desarrollo sostenible en el medio rural.

## ALGUNAS CIFRAS

En nuestro país, existen 7.371 municipios con una población inferior a 10.000 habitantes (90,86 % del total de nuestros municipios). En dichos municipios, residen 9.870.847 personas (21,4 % de la población de nuestro país. Además, el 49% son mujeres). Los problemas que, desde un punto de vista social, influyen directamente en el desarrollo rural de nuestros municipios son la despoblación, el envejecimiento y la masculinización.

Según el estudio "La discapacidad en el medio rural" (CERMI, 2006) el 11,7% de la población rural tiene algún tipo de discapacidad, un 3% más que en el medio urbano. A partir de los 65 años, la cifra alcanza un 34,3% de la población.

Este mismo estudio señala que el 75% de las personas dependientes, cualquiera que sea la causa, de nuestro país viven en municipios con menos de 5.000 habitantes. Por otro lado, el 85% de las personas mayores que sufren algún tipo de dependencia son atendidas dentro del entorno familiar, porcentaje que se incrementa, si cabe, más aún en el medio rural, sobre todo, por la falta de servicios e infraestructuras.

## INICIATIVAS

Con el objetivo de frenar el éxodo y consolidar la población rural, se apuntaron varias sugerencias en la jornada. Una de ellas es promover el desarrollo rural proporcionando oportunidades a las mujeres. Preci-

samente, desde la Federación de Asociaciones de Mujeres Rurales (FADEMUR) se apuesta porque sean las mujeres con mayores problemas para incorporarse al mercado laboral las que, con la formación adecuada, puedan encontrar un empleo en los servicios de proximidad, entre los que se encuentra la atención a las personas dependientes. Esta experiencia supone además, según la presidenta de FADEMUR, Teresa López, el intercambio de iniciativas entre distintos territorios, lo que asegura el exigido principio de coordinación. Otro punto a considerar sería proceder a una reconversión agraria sobre la base de la pluriactividad (agroalimentación, agroindustria, agroenergía, agroambiente, agroturismo), porque según apuntó Miguel Blanco, representante de la Coordinadora de Organizaciones de Agricultores y Ganaderos (COAG), únicamente desde esa perspectiva global y diversificada resultará posible construir el futuro desarrollo rural.

Por su parte, Benjamín García Sanz, catedrático de Sociología de

la Universidad Complutense de Madrid, considera que los "centros polivalentes" pueden ser una buena solución, ya que entiende como tales a aquellos centros especializados en la atención del mayor que pueden hacer las veces de centros de día y, temporalmente, también, de centros residenciales. Es decir, centros capaces de atender las diferentes demandas que genera una comunidad concreta en función de sus necesidades específicas. Como experiencia innovadora en ese ámbito, Ana Isabel Esteban, presidenta ejecutiva de Solidaridad Intergeneracional, expuso los diversos programas llevados a cabo por esta organización estatal sin ánimo de lucro cuyo ámbito de actuación es el medio rural. Solidaridad Intergeneracional está

## PORTAL ENCLAVERRURAL.ES



Con el fin de mejorar la calidad de vida de las personas mayores en el medio rural, el IMSERSO pondrá en marcha este año el portal de internet "enclaverural.es", un proyecto que supone la creación de una red social de experiencias innovadoras y de difusión de buenas prácticas en el desarrollo de los servicios de proximidad en el medio a rural. La hipótesis de partida al diseñar tal herramienta es que la mejora de la oferta de servicios de proximidad mejorará no solo las secuelas negativas que genera el aislamiento sino también el desarrollo del propio entorno rural.



## Envejecimiento activo



especializada en los servicios de atención social y servicios de proximidad tanto para personas mayores, personas con discapacidad, dependencia y sus familias. Por su labor extraordinaria en este ámbito ha sido condecorada recientemente con la Cruz de Oro de la Orden Civil de la Solidaridad Social 2008. Un ejemplo de buena práctica es el que se lleva a cabo en la Mancomunidad de Cangas de Onis, Amieva Onis y Ponga. Desde el año 2002 se desarrolla en esa región de Asturias el programa “Rompiendo Distancias”, con el fin de contribuir a evitar la discriminación de las personas mayores dependientes que viven en zonas rurales dispersas y apoyar su permanencia en su entorno habitual de vida. Patricia Esther Vega, técnica de ese programa,

considera que se está logrando que las personas mayores se integren y participen en la comunidad al tiempo que se evitan situaciones de soledad y aislamiento.

Experiencias como la que desarrolla el Servicio Gallego de Apoyo a la Movilidad Funcional se enmarcan también dentro de los “servicios de proximidad”, cuya finalidad no es otra –afirmó Modesto Rouco, de la Subdirección General de la Discapacidad de la Xunta de Galicia– que facilitar el desplazamiento programado y no urgente de las personas con problemas de movilidad.

### DEPENDENCIA EN EL MEDIO RURAL

Según el estudio “La discapacidad en el medio rural” (CERMI, 2006) el 11,7% de la población rural tiene algún tipo de discapacidad, un 3% más que en el medio urbano. A partir de los 65 años, la cifra alcanza un 34,3% de la población. Este mismo estudio señala que el 75% de las personas dependientes, cualquiera que sea la causa, de nuestro país viven en municipios con menos de 5000 habitantes. Por otro lado, el 85% de las personas mayores que sufren algún tipo de dependencia son atendidas dentro del entorno familiar, porcentaje que se incrementa, si cabe, más aún en el medio rural, sobre todo, por la falta de servicios e infraestructuras.

Por tanto, las situaciones derivadas de la dependencia no sólo son sufridas por las personas dependientes sino por su entorno familiar, y, dentro del mismo, sobre todo, por las mujeres, eternas cuidadoras.

Otro estudio, realizado en el año 2006 por el Instituto Universitario de Integración en la Comunidad (INICO) de la Universidad de Salamanca, expone las necesidades en el medio rural de las personas con gran discapacidad física y sus familias. Según sus autoras, Cristina Jenaro y Noelia Flores, un 29% de las personas con discapacidad manifiesta sus deseos de vivir en un municipio con más servicios o, más concretamente, de que a su municipio se le dote de más servicios.

Así, por lo general las personas con discapacidad desean seguir viviendo donde lo están haciendo habitualmente y no consideran que en el medio rural existan más barreras que en el medio urbano. Casi un 70% manifiesta que no le gustaría nada vivir en la ciudad.

Difundir proyectos, programas y experiencias de intervención social que respondan de forma innovadora y satisfactoria a las necesidades existentes sería otra línea de actuación en la búsqueda de soluciones a los problemas de las personas mayores y personas en situación de dependencia en el medio rural. Una línea en la que se enmarca el portal de Internet “[enclaverural.es](http://enclaverural.es)”, que pondrá en marcha el IMSERSO durante este año 2009. El futuro portal, que fue presentado por la directora general del IMSERSO, Pilar Rodríguez, en el desarrollo de la jornada, tiene como objetivo generar nuevos servicios de proximidad, adapta-

dos a territorios y a personas, así como promover buenas prácticas de intervención comunitaria. Y ello con el fin de aumentar la calidad de vida de los pueblos y su desarrollo.

“Los proyectos, programas y experiencias presentados en la jornada tienen como denominador común –afirmó en el acto de clausura M<sup>a</sup> Eugenia Zabarte, secretaria general del IMSERSO– mejorar la calidad de vida de las personas que habitan en medios rurales. Y en tal sentido justifican sobradamente la finalidad última de la jornada: lograr que las personas mayores de los pueblos se comprometan con la vida porque ésta tiene calidad, suficiente como para justificar dicho compromiso”.