

Acompañamiento afectivo e impulso de redes vecinales contra la soledad de las personas mayores



Participación y
tejido social



Respeto e
inclusión social



Espacios al aire
libre y edificios



Servicios
sociales y salud

Acompañamiento afectivo e impulso de redes vecinales contra la soledad de las personas mayores

Adinkide es una ONG de voluntariado que comienza a trabajar en Gipuzkoa en junio de 2017 en Donostia y Lasarte-Oria, buscando reducir los niveles de soledad no deseada de personas mayores y mejorar su calidad de vida. En Euskadi, hay 491.745 personas de más de 65 años, más de un 22% de la población total. Un 17,4% de los cuales tiene más de 80 años. A un nivel más concreto, el número de personas mayores residente en Gipuzkoa, donde estamos presentes, es de 160.664, lo que supone también más de un 22% de la población. Un 16,8% de los cuales tiene más de 80 años. Euskadi es una de las regiones más envejecidas del mundo, siendo su esperanza de vida de 83,2 años, una de las más altas del mundo y 6 años por encima de la media europea. Este envejecimiento de la sociedad trae consigo, en la inmensa mayoría de los casos, entornos no suficientemente protectores ni amables, con familias dispersas y cada vez con más frecuencia, un fenómeno creciente de soledad no deseada en las personas mayores. La soledad puede darse entre las personas por diferentes razones: cambios en factores sociodemográficos, relaciones sociales, eventos vitales, la pérdida y duelo, aspectos relacionados con la salud, factores de carácter económico o cultural, entre otros, que en muchas ocasiones están ligados a la edad. El envejecimiento y la soledad no deseada de las personas mayores están reconocidos como uno de los desafíos globales más importantes a los que las sociedades desarrolladas van a tener que enfrentarse.

Está demostrado el impacto negativo de la soledad no deseada en términos de angustia, depresión y desapego debido a un vacío en la vida social y/o emocional, conllevando resultados negativos en la salud mental con mayor deterioro cognitivo y tasas más altas de depresión y ansiedad. Por otra parte, también tiene un impacto sobre los estilos de vida aumentando significativamente la malnutrición y un hábito sedentario (Giménez Ledo AJ, Calvo Ascarza A., RIDEC 2020). Tal es la importancia de las relaciones sociales, que varios estudios muestran que la relación con la familia y los/as amigos/as es considerada por las personas mayores es, después de la salud, el elemento más importante de la vida, resaltando que añade calidad a la vida en la vejez (Bowling, 1995; Victor, Scambler, Bond y Bowling, 2000).

Desde Adinkide trabajamos por dar respuesta a este gran reto que supone el envejecimiento, apostando por el fomento del envejecimiento activo. Trabajamos desde la idea de que, para garantizar el bienestar y la salud física y psíquica de las personas mayores, es importante considerar el abordaje de las necesidades de tipo afectivo y emocional, porque las relaciones sociales tienen una gran influencia a la hora de asegurar su bienestar físico y mental y conlleva beneficios a nivel emocional que repercuten en su salud física y mental.

Nuestros programas, que detallaremos en el siguiente apartado, se centran en alcanzar estos objetivos a través del acompañamiento afectivo a domicilio, en residencia y telefónicamente; actividades de socialización y dinamización, y la construcción y fortalecimiento de redes vecinales.

Realizamos nuestra acción a un nivel local, en la mayoría de los casos a nivel de barrio, por entender que el entorno más cercano de las personas mayores constituye el escenario natural de acción tanto de las entidades voluntarias como de la participación individual de la ciudadanía. El entorno de proximidad resulta esencial para asegurar que estas personas puedan seguir desarrollando su vida en el entorno en el que viven, sobre el que en la mayoría de los casos tienen un gran arraigo, de la forma más autónoma posible.

En definitiva, somos una herramienta de participación ciudadana basada en compartir compañía y amistad vecinal en torno a las personas mayores, de igual a igual. Apostamos por construir espacios de encuentro y acercamiento intergeneracional, que faciliten la construcción de relaciones de personas con diferentes vivencias y experiencias vitales, contextos y saberes; que sirva para derribar estereotipos, prejuicios e ideas preconcebidas tanto para las personas beneficiarias como para las personas voluntarias y que sean entornos amigables e inclusivos para con las personas mayores. Aspiramos a través de nuestra acción a transformar los espacios en los que está presente en lugares más inclusivos y conscientes de las realidades de las personas mayores.

En la actualidad, Adinkide - Fundación Grandes Amigos en Acción acompaña a 81 personas y cuenta con 114 voluntarios/as cualificadas que hacen posible nuestros programas.

1. Entidades promotoras

Adinkide - Fundación Grandes Amigos en Acción

2. Tipo de entidades

Privada

3. Público objetivo

Personas mayores de 65 años en situación de aislamiento social y soledad no deseada. La soledad puede darse entre las personas por diferentes razones: cambios en factores sociodemográficos, relaciones sociales, eventos vitales, la pérdida y duelo, aspectos relacionados con la salud o factores de carácter económico o cultural, entre otros, que están muchas veces ligados a la edad. Aunque las personas mayores no conforman un grupo homogéneo, el perfil que destaca es el de una mujer con una media de edad de 78 años que vive sola en su domicilio. De hecho, el 86%

de las personas que acompañamos son mujeres. Esta gran diferencia entre el número de mujeres y hombres en soledad que acompañamos tiene que ver con la división sexual del trabajo que históricamente concentra en las mujeres las tareas de cuidado, haciendo que gran parte de su vida se desarrolle en el ámbito privado y dediquen poco tiempo al desarrollo personal y a la socialización.

4. Ámbito territorial

Gipuzkoa

5. Estado

Implementada

6. Etiquetas

Acompañamiento, proximidad, voluntariado, cuidados, soledad,

7. Objetivos

Nuestra acción tiene un doble objetivo general que busca hacer frente a la creciente soledad en las personas mayores, un grupo cada vez más numeroso en nuestras sociedades. Por un lado, contribuir al bienestar de las personas mayores en Gipuzkoa en situación de soledad, ofreciéndoles apoyo afectivo a través de la acción de personas voluntarias formadas para tal fin. Por el otro, aumentar su autonomía, empoderamiento y relación e inclusión con su entorno más cercano.

Para alcanzar esos objetivos, formulamos diferentes objetivos específicos siguiendo una lógica interna. Objetivos que numeramos a continuación:

- Ofrecer acompañamiento y apoyo a nivel individual y colectivo a personas mayores en situación de soledad no deseada que les permita reducirla.
- Generar y dinamizar espacios de socialización que faciliten la participación de las personas mayores, tanto de las que viven en residencias como en su domicilio, en actividades lúdicas, culturales, creativas y/o tecnológicas que permitan ampliar su red.
- Proporcionar y fomentar espacios comunitarios de ampliación de redes de apoyo vecinales en el entorno cercano.

Los objetivos de Adinkide - Fundación Grandes Amigos en Acción van en línea con lo que marcan la Estrategia para el Envejecimiento Saludable de Adinberri; la Estrategia de Gobernanza con las Personas Mayores (2019-2022) y la Estrategia de Atención Sociosanitaria de Euskadi (2021-2025) del Gobierno Vasco. Buscando un marco dentro del sistema internacional, y aunque todavía hoy echamos en falta tratados o convenciones vinculantes que reconozcan específicamente los derechos de las personas mayores, nuestros objetivos también se alinean con los Principios de las Naciones Unidas en favor de las personas de edad (1991) y con la Declaración Política y Plan de Acción Internacional de Madrid sobre el Envejecimiento de Madrid (2002). En sus artículos 15 y 16 reconoce la importancia de la labor de la sociedad

civil, para “prestar a las personas de edad apoyo y cuidados no estructurados, complementarios a los que proporcionan los gobiernos”.

El propio pacto reconoce también la necesidad de “alentar las relaciones solidarias entre generaciones”. La necesidad de desarrollar acciones en favor de la cohesión social y que fomenten la inclusión de las personas mayores está en la propia razón de ser de Grandes Amigos. Trabajamos, en este sentido, por una sociedad inclusiva que contemple a todas las edades y que no deje a nadie atrás. Asimismo, nuestra acción se alinea con varios Objetivos de Desarrollo Sostenible, que mencionaremos en otro apartado posterior.

8. Metodología

El programa incide en la soledad no deseada a varios niveles: A nivel individual, con acciones de acompañamiento afectivo “a dos” a personas mayores en situación de soledad no deseada, y a nivel colectivo, con acciones de socialización y dinamización y de impulso a redes vecinales y comunitarias en los barrios que permitan conectar a las personas mayores y voluntarias de manera colectiva mediante la realización de diferentes actividades. Todos estos incorporan un enfoque de proximidad activa y un modelo de intervención centrado en la persona, donde la intervención se basa en la construcción de un vínculo con la persona mayor en su entorno habitual y de forma continuada en el tiempo.

Creemos que para alcanzar nuestros objetivos es imprescindible trabajar en red junto con otras entidades y organismos, a fin de construir sinergias que multipliquen nuestro impacto. Así, se trabaja con servicios públicos que están en contacto con las personas mayores, como los Servicios Sociales, Servicio de Ayuda a Domicilio, Teleasistencia, Centros de Salud, Diputación Foral de Gipuzkoa, Donostia Lagunkoia, Plus 55, Adinberri, Programa Mugi de Tolosa, etc.

Asimismo, se informa del proyecto a redes territoriales como Colegios Profesionales (farmacéuticos, trabajo social, enfermería, etc.), asociaciones de personas mayores y jubiladas, o entidades del tercer sector como Fundación Matia, Fundación Hurkoa, Nagusilan, Teléfono de la Esperanza de Gipuzkoa, Bicis Sin Edad, Cáritas, ONCE, DYA, Mirada Activa de SSI o el banco de alimentos Zu ta Ni, entre otros. Con todo ello, generamos una red sólida de agentes público-privados con los que poder trabajar de manera coordinada.

Adinkide ofrece los siguientes programas de intervención y voluntariado basados en estos enfoques a nivel individual y colectivo:

1.- Individual: Acompañamiento a personas mayores a domicilio, residencias y/o telefónico.

Personas voluntarias acompañan a personas mayores en domicilio, residencias o telefónicamente, un mínimo de dos horas por semana. Es un acompañamiento directo y personal a través del “enlace” de una persona mayor y una persona voluntaria, teniendo en cuenta su disponibilidad y afinidad. Voluntario/a y persona mayor acuerdan el día y franja horaria que mejor les viene a ambos. Funciona como

una relación de amistad más, y como tal, realizan actividades propias de una amistad, siempre con el seguimiento y presencia de las personas técnicas de la entidad.

2.- Colectivo: Programa de prevención de la soledad “Auzokide Bikainak”

Son grupos formados por vecinos/as y personas mayores en Pasaia e Intxaurreondo, con el objetivo de revitalizar los barrios y fomentar la cohesión intergeneracional a través de la realización de actividades. La entidad desarrolla acciones para impulsar redes vecinales en los barrios (con agentes sociales propios de los mismos), de manera que esas redes vecinales generen encuentros intergeneracionales con personas mayores y se posibilite que éstas construyan nuevos vínculos de manera autónoma e independiente a la acción de la entidad.

En estos encuentros la entidad busca también potenciar el uso de las nuevas tecnologías como una herramienta útil que facilite la creación de esos vínculos. Así, se ofrece a las personas participantes que lo deseen la posibilidad de hacer uso de la página web que la entidad tiene para poner en contacto a las personas del entorno de las personas mayores y que puedan coordinarse y comunicarse a través de esta.

3.- Colectivo: Actividades de socialización y dinamización.

Encuentros periódicos en el barrio para tomar un café, salidas culturales, visitas a museos, talleres de relajación, talleres de manualidades, actuaciones de magia, conciertos, vacaciones adaptadas, celebraciones de fechas señaladas con la tamborrada o santo Tomás, etc. Que permiten incrementar la participación de las personas mayores en su entorno, favoreciendo la ampliación de su círculo social, incrementando su participación en espacios de confianza.

9. Elementos innovadores

Atendemos una necesidad que en la actualidad no se encuentra cubierta por los recursos del sistema de servicios sociales. Las Administraciones Públicas y otros actores implicados realizan una gran labor mediante la implementación de programas municipales de atención a personas mayores, servicios de teleasistencia, centros municipales de día etc. Sin embargo, el alcance de los servicios sociales resulta insuficiente si hablamos de afectos y relaciones que superan la relación que normalmente se da entre persona mayor y Administración Pública. Un programa como este, donde la principal fuerza de transformación es la voluntaria, le imprime ese carácter humano necesario en las relaciones de afecto. En este sentido, el programa consiste en una intervención complementaria desde otro enfoque, enfatizando en aspectos que habitualmente no suelen acaparar tanta atención. A través de la cercanía, de la reivindicación de lo local, las relaciones humanas y los cuidados.

El problema que supone la transformación demográfica, y sus consecuencias en la vida de las personas mayores en particular, exige una respuesta coordinada entre instituciones públicas, entidades privadas y el conjunto de la ciudadanía, que articulen medidas que le den una respuesta, puesto que los datos demuestran que las redes sociales y familiares de las personas mayores y los servicios socio-

asistenciales existentes no alcanzan a responder un fenómeno de estas dimensiones. Estos servicios en ocasiones, además, por sus características, encuentran dificultades para adaptarse en poco tiempo a problemáticas cada vez más diversas y cambiantes, que demandan modelos más flexibles de intervención. La entidad ofrece un programa ágil, fresco y que se adapta fácilmente a escenarios cambiantes o situaciones excepcionales, como se pudo comprobar durante la crisis de la Covid-19, cuyos resultados pueden apreciarse en la memoria de la entidad de 2020.

Por otro lado, el programa incorpora el uso de la tecnología (telefonía móvil, web, tablets, plataformas virtuales, Zoom, etc.) en la intervención de diversa forma: página web que sirve de soporte para Auzokide Bikainak, formaciones del voluntariado, el uso de la tecnología en la relación de personas mayores y voluntarias que así lo elijan o necesiten (mediante acompañamientos telefónicos o a través de videollamada) etc. Esto consigue acercar a las personas mayores a las nuevas tecnologías.

10. Evaluación y resultados

El equipo técnico realiza de forma continua el seguimiento del proyecto con la finalidad de supervisar el cumplimiento de los objetivos e identificar cualquier necesidad de ajuste de las actividades para asegurar los resultados esperados. Para ello se hace uso de la siguientes herramientas y medios:

- Monitoreo del cumplimiento de los objetivos e indicadores objetivamente verificables haciendo un registro de datos.
- Reuniones periódicas para valorar el desarrollo de las actividades.
- Reuniones trimestrales para evaluar los indicadores del área social y reuniones semestrales de toda la entidad para evaluar el presupuesto y los indicadores.
- Evaluación final interna para valorar la metodología de trabajo utilizada; detectando fortalezas y áreas de mejora de cara a futuras ejecuciones.

Además, tanto en el seguimiento como en la evaluación, Adinkide realiza con las personas mayores evaluaciones informales continuas a través de llamadas telefónicas y reuniones y visitas. En ellas, se ahonda en su percepción y satisfacción con el programa, se valora su situación, necesidades y expectativas y se incorporan sus sugerencias y comentarios para mejorar o ajustar las actividades.

La finalidad de la evaluación es mejorar la atención y el acompañamiento a las personas mayores, así como mejorar los procesos y la gestión del personal voluntario, además de medir el impacto de la acción y de cada proceso con el fin de generar protocolos de mejora de la calidad.