

ACTA

Taller presencial 2: Soledad no deseada

01 marzo 2024
10:00 – 12:00 h

LAAAB, Pza. del Pilar 3



INTRODUCCIÓN

Los cambios sociales y familiares han modificado la tradicional estructura del entorno de cuidados de las personas mayores y se detectan nuevas situaciones que exigen soluciones urgentes y transversales.

El perfil de lo que se entiende por persona mayor, ha cambiado de forma significativa en los últimos tiempos. La nueva generación de mayores quiere seguir activa, implicada y ser protagonista de su tiempo durante todo su ciclo vital.

El Gobierno de Aragón apuesta por **impulsar la atención de las personas mayores** y a través de la Dirección General de Mayores inicia **un proceso de reflexión compartida y diagnóstico** que le permita elaborar una propuesta normativa que aborde de forma integral la regulación de los derechos de los mayores en Aragón.

El proceso que se inicia ofrece la posibilidad de participar en tres talleres presenciales y/o dos talleres virtuales para abordar tres grandes temáticas:

- Necesidades y demandas de las personas mayores
- Soledad no deseada
- Sociedad y mayor

ASISTENTES (según registro de firmas) (27 personas, 24 mujeres y 3 hombres)

Nombre	Entidad
Maite Ayuda	Hogar Huesca
Rosa Fernández	
Elena Sanchís	Hogar Huesca
Elvira Benabarre	COAPEMA
Emilia Bergasa	LARES Aragón
Laura Julve	Hogar Balsas Ebro Viejo
Patricia Calvo	ASZA
Jesús Bruna	Cepiunt
Emilia Civeira	Seniors en Red
José Conchan	Fundación La Caridad
Teresa Díaz de Terán	AFEDAZ

Nombre	Entidad
Rogelio Esteban	AICAR ADICAE
Laura Correas	Fundación Rey Ardid
Belén Plaza	Hogar Balsas Ebro Viejo
Belén Jiménez	Ayuntamiento Huesca
Berta Romano	Residencia Enterríos
Adela Ocenic	Plataforma del Voluntariado Aragón
Elena Lozano	FUNDAZ
Paola Deprá	Fundación Federico Ozanam
Isabel Montañes	Fundación Capiunt
Paquita Morata	ARADE
Sonia Peco	Fundación El Tranvía
Marina Pérez Monge	UNIZAR, Facultad de Derecho. Profesora.
Cyhtnia Nale	
Ana M ^a Sancho	FARAL
Andrea Llorente	Centro Social San Antonio
Eva M ^a Rames	CAVARAGON / FAUCT

Mari Martínez y Tamara Marín, facilitadoras de La Bezindalla S. Coop.

DESARROLLO DEL TALLER

En primer lugar Ana Isabel Berges, Directora General del Mayor, acoge a los asistentes, agradece su participación e incide en la importancia del proceso participativo.



DESARROLLO DEL TALLER

A continuación se explica la **estructura y dinámica a seguir en el taller**:

- En el taller de hoy tenemos que abordar tres aspectos en relación a la Soledad no deseada, que están distribuidos, de manera repetida, en las seis mesas de la sala. Cada mesa tiene un panel de trabajo.
- Se van a realizar tres rondas de trabajo de tal forma que cada persona podrá aportar a los tres aspectos en profundidad.
- Se propone que en cada ronda se equilibre el número de participantes de la mesa.
- Se propone al grupo estructurar el tiempo de trabajo en cada ronda según las siguientes directrices: (que se entregan también en papel como refuerzo de las indicaciones de facilitación)
 - Presentarse brevemente
 - Dedicar, al inicio de cada pregunta que plantea el panel de trabajo, un tiempo de reflexión y aportaciones individuales
 - Realizar después un intercambio de ideas aportándolas al panel y generando debate
 - Incorporación al panel de nuevas ideas fruto del diálogo
 - Tras las tres rondas de trabajo, se realiza una puesta en común de la última pregunta de cada subtema trabajado
- A partir de la segunda ronda, se introducen, en cada grupo, cajas con preguntas inspiradoras que invitan a explorar el tema desde otras perspectivas y que pueden abrir nuevos debates y aportaciones. (Dado que en este taller han sido menos preguntas y siempre sobre el mismo tema, soledad no deseada, se recogen todas seguidas tras el panel Estrategias de Abordaje)
- Se realizan dos descansos breves durante la sesión.



APORTACIONES

Las totalidad de las aportaciones pueden consultarse en el Anexo. A continuación, para facilitar la lectura continuada, se han resumido las aportaciones realizadas sobre cada uno de los subtemas de trabajo:

APROXIMACIÓN CONCEPTUAL



1. ¿Qué es la soledad no deseada?

El grupo, mayoritariamente, identifica la soledad no deseada como un sentimiento que tiene la persona por estar realmente o no solo/a. Se define como una situación percibida, o no, de una persona que, por el deterioro o escasez de sus redes sociales, se encuentra en situación de vulnerabilidad.

2. ¿Cuáles son las causas?

Las personas participantes identifican tres grupos principales de causas:

- Sociales: individualismo creciente de la sociedad, falta de red social, falta de sentimiento de comunidad.
- Familiares: tener o no familia cercana y con relaciones habituales, viudedad, personas sin pareja, divorcio, emancipación de los hijos, arraigo familiar, diferentes estructuras de familias, ...
- Personales: diferenciando lo relacionado con la salud: estado de salud mental y física de la persona, que le permite realizar actividades o no, y que cuenta con recursos personales para afrontar estados anímicos diversos. Y lo relacionado con las habilidades sociales: capacidad para establecer relaciones, comunicación, interés por actividades, carácter, ..

3. Variables que condicionan y cómo: el género, la situación económica, el territorio (rural o urbano), etc.

El género, la situación económica, el estado de salud, la personalidad y el carácter de la persona, son las variables más significadas por el grupo, si bien, respecto al género hay varias aportaciones en la línea de que, sin haber datos al respecto por género, influye que, por lo general los hombres expresan menos situaciones de vulnerabilidad pero también sufren la soledad no deseada. La inmigración también se detecta como una variable que condiciona.



ACTUALMENTE

1. ¿Quién tiene responsabilidad sobre el tema?

Las personas participantes en el taller opinan que la responsabilidad sobre el tema es del conjunto de agentes de la sociedad: de las Administraciones, locales y autonómicas, de las instituciones públicas y privadas, entidades sociales y la ciudadanía, organizada y no organizada (personas individuales, familiares, ...) Especialmente se nombran a los Servicios Sociales, Centros de Salud, entidades especializadas en este grupo de población, pero también a otros como los medios de comunicación.

2. ¿Qué se está haciendo en Aragón en relación a este tema y hay que poner en valor?

Se recogen muchas iniciativas como: la creación de la Dirección General del mayor, salud comunitaria, proyectos impulsados por entidades sociales, teléfono del mayor, Observatorio de la soledad del Justicia de Aragón, teleasistencia, centros de atención al mayor y Hogares de mayores, iniciativas de parroquias, voluntariado, tejidos sociales en pueblos y barrios, programa cuidarte IASS, formación, ... si bien, se apunta que tiene que haber coordinación y que podría existir un listado para darlo a conocer.

3. ¿Cómo lo tiene que contemplar la ley?

El grupo incide en la importancia de abordar el tema de manera transversal, prestando mucha atención a la prevención, aportando herramientas o mecanismos de sensibilización y detección, por ejemplo, incorporando puntos de detección en farmacias, comercios, vecinos, ... También debe abordar la intervención en casos detectados, desde la ACP, de manera coordinada entre los recursos. Para ello, necesita reflejar un presupuesto.

Taller presencial 2: Soledad no deseada

01 marzo 2024, 10:00 – 14:00 h
LAAAB

Escuchar al ciudadano (persona mayor) de a pie, no solo a los mayores organizados: ¿Cómo prevé la ley que va a preguntar y escuchar a las personas mayores para prevenir la soledad no deseada?



ESTRATEGIAS DE ABORDAJE



1. ¿Qué hacer para prevenirla?

Hay consenso con que la educación desde la infancia en la inclusión intergeneracional y el cuidado de la familia, contribuirá a reducir la soledad de las futuras personas mayores. También es necesaria la formación en habilidades sociales, relacionales y seguir incidiendo en una oferta de actividades de ocio y tiempo libre adaptada a los intereses de los mayores, que van cambiando. Por otra parte, se considera que tener herramientas de detección de casos de soledad no deseada ayudaría mucho.

2. ¿Qué estrategias de acompañamiento se pueden fomentar y por parte de quién?

Por una parte, se hace hincapié en la necesidad generalizada de potenciar redes comunitarias donde vecindario, comercios y agentes formales e informales de la comunidad puedan acompañar a las personas mayores en situación de soledad no deseada. Por otra parte, se proponen cosas más concretas como: servicio de información y asesoría así como atención presencial, accesible a pie y personalizada en todos los ámbitos: administración, bancos, médico y estrategias para humanizar los espacios sanitarios.

3. ¿Qué estrategias pueden llevar a cabo las propias personas mayores?

Algunas de las estrategias más comentadas, han sido: Participar en su entorno, apuntarse a actividades, acudir a centros de mayores, formar parte de asociaciones, ...; trabajarse el estado emocional de manera dirigida; trabajar la brecha digital; comunicarse con la familia; expresar sus necesidades; aceptar su realidad y buscar soluciones; apoyar a otros mayores.

4. ¿Cómo lo tiene que contemplar la ley?

Se propone que la ley defina la soledad no deseada y sus causas, atendiendo a lo expuesto anteriormente, que proponga estrategias de prevención y herramientas de detección. Que establezca unas obligaciones para los agentes implicados: formación, forma de proceder, protocolos, coordinación, ... Que asegure que los poderes públicos ofrecen espacios de encuentro y participación para las personas mayores. Que ofrezca alternativas distintas para que cada persona pueda encontrar sus estrategias para atender su soledad no deseada. Que contenga una memoria económica. Fomentar estrategias de afrontamiento que pueden llevar a cabo las propias personas mayores: eliminar la negatividad del concepto soledad, crear redes de apoyo, expresar necesidades, poner palabras ¿qué necesito?, trabajar la brecha digital, trabajo emocional, ventana única de atención a la discapacidad, aumentar deporte, espacios de encuentro, participar en centros de mayores y Hogares Fomentar la Estrategia de Salud Comunitaria de Aragón, que existen en centros de salud y farmacias: clarificar los activos en salud dedicados a este tema y promocionarlas porque no se terminan de conocer.

VALORACIÓN DEL TALLER

Se propone a las personas asistentes valorar, de manera general, el taller, colocándose físicamente sobre la puntuación que le asignan en una línea imaginaria que atraviesa la sala:



Las 21 personas que valoraron el taller, se sitúan entre el 9 y el 10.



ANEXO: APORTACIONES DESGLOSADAS

APROXIMACIÓN CONCEPTUAL

1. ¿Qué es la soledad no deseada?

Concepto muy amplio y mal definido

Físicamente vives solo sin elegirlo

Depende de cómo vive cada persona la soledad

Es un término que incita a algo negativo, a veces se puede estar solo y que no sea negativo

Dolor: sentimiento, no aceptada.

Es un sentimiento que no es agradable y que influye negativamente en la vida diaria

Soledad es un sentimiento, te puedes sentir solo rodeado de personas
Estado emocional de soledad no deseada, vives acompañado pero te sientes solo

Problema social -sentimiento-

- en la pandemia, sin distinción de edad o género

- aislamiento físico-emocional por no tener con quien socializar por distintos motivos: no tener familia, amigos, relación con vecinos....

-Negatividad, depresión ante la vida cuando te quedas solo/a

- la soledad no deseada es el sentimiento que tiene una persona de no tener a nadie, estar solo, a pesar incluso de tener apoyo sociales, familiares, etc.

- situación de vulnerabilidad que una persona está obligada a vivir en contra de sus expectativas y voluntad.

-situación de aislamiento

-sentirse solo independientemente del acompañamiento o los recursos que se tengan. Se pueden activar como condicionantes.

- es un sentimiento personal que puede sentirse tanto estando solo como acompañado. Una necesidad de verdadera compañía y entendimiento que evite esa soledad.

- situación percibida o no de una persona que por el deterioro o escasez de sus redes sociales se encuentra en situación de vulnerabilidad.

A la hora de definir el concepto de soledad no deseada hay que tener en cuenta aquellas personas que no son conscientes de ello pero el entorno lo percibe.

-Delimitar el concepto de soledad no deseada. Situación permanente o temporal con cosas concretas. Tiempo para considerarla permanente.

Situación para derivar a recursos de la administración. Variables que cumple para delimitar personas en soledad no deseada (dos o tres): falta de estructura familiar, fallecimiento del entorno, edad y género.

2. ¿Cuáles son las causas?

-situaciones sociales: falta de red social, pérdida del sentimiento de comunidad, individualismo.

- Estar físicamente solo, viudedad (dos veces), personas sin pareja, sin tomar esta decisión.

-Aislamiento familiar impuesto

-pérdidas familiares

- tristeza relacionada con vivir solo

-situaciones sobrevenidas: viudedad, divorcio, emancipación hijos,

enfermedad, limitación física

-malestar emocional

- falta de confianza en personas cercanas

- lejanía de los seres queridos

- no tener amigos a lo largo de la vida

- no tener personas a las que poder confiar

- momento vital complicado

- no saber disfrutar de uno mismo a lo largo de la vida

- falta de apoyo sociales la edad y el género la sociedad por ignorancia o en personas mayores.

indiferencia, ha afrontado tarde este problema.

- De estructura familiar.

- Fallecimiento de personas del entorno.

- Sociedad cada vez más individualista. (dos veces)

- Desconocimiento de apoyos administrativos.

- Propio carácter.

- Psicológicas: falta de recursos.

-Cognitivas.

-Falta de acompañamiento.

-Estructuración familiar. /Tipología de familia/Reducción tamaño

- Aislamiento.

-Alteración de la percepción.

- Desarraigo familiar.

- Carácter de la persona.

- Falta de comunicación.

- Falta de atención de familiares y amigos.

-Auto aislamiento por desconocimiento de recursos.

- Falta de salud.

-Abandono del autocuidado.

- Falta de recursos económicos.

-Falta de acceso a la Comunicación e Información. /Brecha digital

- Pérdida de identidad en el cambio de persona activa laboralmente a persona jubilada.

- Falta de educación emocional.

- Carencias en redes sociales.

- Edadismo.

-falta De formación en diferentes formas de comunicación.

3. Variables que condicionan y cómo: el género, la situación económica, el territorio (rural o urbano), etc.

- longevidad de las mujeres, con recursos económicos escasos.

Cuestiones médicas.

- si se dispone de pensiones bajas es más difícil acceder a recursos.

- Falta de servicios en el ámbito rural, menor estructura y apoyo administrativo.

-Vergüenza en los hombres de admitir su situación en soledad.

- psicológicas: verse solo, traumas, duelo. Recursos: económicos, sociales. Aislamiento: por faltar un familiar, por ella misma. Deterioro cognitivo: falla la comprensión, el recuerdo. Cada una de ellas impide a la persona enfrentarse a la realidad y buscar alternativas y llega a desarrollarse el sentimiento de tristeza que lleva a sentirse sola.

- enfermedad, dependencia, longevidad. A buscar sus propias

capacidades que cambiar otras posibilidades y use de la inteligencia emocional.

- interculturalmente personas de origen extranjero.

- género: mayor esperanza de vida en las mujeres. Situación económica: menor posibilidades de acceso a recursos, viviendas peor equipadas las barreras arquitectónicas agravan en el aislamiento territorio: mayor escasez de redes vecinales en ciudades. Salud mental: factor que incrementa la soledad. Discapacidad sensorial o física: mayor incidencia

- recursos accesibles para personas con discapacidad. La comunicación y el lenguaje son fundamentales para evitar el deterioro cognitivo (lengua de signos)

- falta de información respecto al ejercicio físico. Deporte de fuerza en mujeres.

- la mujer es la que más sufre la soledad por viudedad, falta de actividad laboral. La economía condiciona en gran medida la socialización. A más mayor diferentes soledad

- el género: la mujer culturalmente, estaba dedicada a su familia y la casa. Normalmente son ellas las que se quedan viudas, hay muchas más, por lo que en el momento que su pareja fallece y los hijos, así los hay, se independizan ese sentimiento aumenta. Situación económica:

normalmente si tienes más recursos económicos puedes hacer más actividades y participar que en otros casos lo dificulta. Rural: aunque es cierto que en el medio rural se detecta antes una urgencia alarma, pero eso no implica que sientan apoyo reales.

- en las zonas rurales suele haber un tejido social mayor que en la ciudad.

- la edad. Disminución de red de apoyo con los años.

- mujeres tienen más recursos emocionales para no sentirse solas.

- no estoy de acuerdo con el género, siempre se dice que mujer, pero se dice por que las mujeres lo verbalizan. No se saben datos de soledad no deseada.

- género? mujeres más propensas a expresar emocionalmente.

- no hay distinción entre géneros. En función de la persona. Las mujeres van a más recursos.

- la capacidad económica. La escasez de recursos económicos puede condicionar el sentimiento de soledad.

- personalidad o carácter de la persona.

- estado civil cambios en él propician esa desestabilización sentimientos.

- cambio negativo de la idea de familia.

- condiciones de la vivienda a.

- estado de salud.

- Deterioro cognitivo.

- La condición física: dependiente no dependiente.

ACTUALMENTE

1. ¿Quién tiene responsabilidad sobre el tema?

- reconocimiento de la situación: individuo y sociedad: poderes públicos, recursos próximos, conciencia individual.
- la sociedad tiene la obligación de proporcionar herramientas para evitarla.
- de todos. Riqueza de experiencias. Administración recoger y ordenar.
- es de uno mismo debe prevenirse desde la infancia.
- estructura social cada vez más individualista y menos comunitaria.
- 1. Gobierno Comunidad Autónoma. 2. Gobiernos locales. 3. Comunidad. Todos los agentes sociales.
- la responsabilidad aparte de la familia si la tiene, es de los Servicios Sociales de la administración local y nacional.
- la soledad no deseada es un problema a solucionar, rápido. Pues hay personas en esa situación muy triste necesitan ayuda de todo tipo, pues la soledad va con la falta de medios.
- determinar quien tiene que actuar, médicos, trabajo social, etc.?
- instituciones: públicas y privadas (más recursos.)
- el individuo. La falta de coordinación en algunos aspectos o ámbitos.
- la creación y buen funcionamiento de los centros de mayores.
- la sociedad actual conlleva mayor soledad.
- la sociedad. La familia. Instituciones. Entidades sociales. Vecinos. Centros de salud. Medios de comunicación. Empresas.

2. ¿Qué se está haciendo en Aragón en relación a este tema y hay que poner en valor?

- la creación de la Dirección General del mayor.
- Salud comunitaria en las fuentes.
- los diferentes proyectos impulsados por entidades sociales, empresas con responsabilidad social.
- Teléfono del mayor.
- Dirección General del mayor Gobierno de Aragón. Centros de atención al mayor. Observatorio de la soledad del Justicia de Aragón. Salud comunitaria. Teleasistencia. Teléfono del mayor.
- proyectos llevado a cabo por todo tipo de entidades: asociaciones, federaciones, vecinales.
- hogares y asociaciones de mayores. Programas y actividades. parroquias. Voluntariado.
- tejidos sociales en pueblos y barrios.
- talleres y charlas sobre soledad no deseada, proyectos piloto de colaboración pública privada, programa cuidarte IASS.
- formación desde pastoral de la salud. Seguimiento por trabajadora sociales del centro de salud a personas que están solas.
- muchas acciones y programas. Hay que hacer un listado de recursos para compartirlos.
- teléfono del mayor. Centros municipales de Servicios Sociales. Trabajó en residencias y recursos para mayores. Voluntariado.
- no se conoce lo que hay.
- Ayuda a Domicilio. Voluntariado. Asociaciones y hogares de mayores. Tiene que haber

coordinación.

- control de las personas necesitadas, estudios de su situación y de ayuda, poner en las viviendas estructuras para su ayuda.

3. ¿Cómo lo tiene que contemplar la ley?

- establecer formas de detección de la soledad
- desde el desarrollo normativo de la ley llegando a la especificación de quien tiene que hacerlo (detectar la soledad): centros de salud, asociaciones de vecinos, etc.
- contemplando:
 1. derecho a no estar solo y deber de no dejar solo a las personas mayores, familiares que pueden cuidar. 2. Desde el punto de vista de la inserción social.
 3. Ámbito de la detección, prevención e intervención.
 3. fomento de la iniciativa social y asistencial: cuidados paliativos al final de la vida, no dejar solo en el tramo final.
- siendo que cumpla los objetivos deseados, no dejándola en el papel consiguiendo el efecto contrario. No
- la soledad no deseada ha de ser contemplada como un problema social muy actual.
- transversalidad
- dotarla de un presupuesto realista y acorde a lo establecido.
- protección legal del mayor : que tengan sus derechos y deberes. Basada en la atención asistencia e integración.
- tiene que incluir mecanismos de : sensibilización, detección, intervención, coordinación, memoria económica dotarlo de presupuesto.
- tiene que ser una ley que afecte al individuo y a la sociedad en colectividad y que se cumpla.
- integral, individuo -ACP, multidisciplinar, control, interdisciplinar: agentes sociales de todo tipo.
- dar realidades, crear programas, valorar lo que hay, coordinar lo que existe, dotación de presupuestos, priorización y eficacia.
- puntos de sensibilización, puntos de detección: como los puntos violetas por ejemplo, en farmacias, comercios, vecinos, etc.
- trabajar y contemplar en la ley, la prevención, antes de llegar a la soledad se debe trabajar a través de diferentes recursos la prevención para no llegar a la soledad no deseada.
- llevar seguimiento individual de la persona, a ver sus necesidades y solucionar.
- análisis de la situación de las viviendas: adaptabilidad. Políticas de vivienda para personas mayores.

ESTRATEGIAS DE ABORDAJE

1. ¿Qué hacer para prevenirla?

- no institucionalizar. Atender a sus necesidades individuales.
- educar en la inclusión intergeneracional. Sensibilizar a personas jóvenes. Accesibilidad. Hacer partícipes en la sociedad a las personas mayores.
- ventana única de recursos sociales para la ciudadanía: accesible telefónica y presencial.
- desde Educación se necesita un trabajo en comunidades cuidadoras.
- se debe prevenir la soledad desde la infancia. La educación clave para ser un ser social, tener amigos y compartir desde la juventud. Así no te quedas solo.
- hay cosas que individualmente no se pueden prevenir por lo que la sociedad civil debe estar concienciado para evitarlo.
- detección de casos es muy difícil: en red. Prevención desde el trabajo en red desde distintas entidades.
- necesidad de herramientas de detección. Detallar herramientas de detección.
- participación a través del voluntariado. Informar sobre la soledad a la población. Colaboración con otras entidades.
- voluntariado ayude a crear lazos entre personas mayores. Talleres sobre temas que consideren interesantes. Ser voluntarios para ayudar a otros.
- entender las necesidades hablando con la gente: escucha activa.
- desestigmatizar la soledad no deseada. Trabajo emocional de toda la vida.
- herramientas para detectar.
- criterios comunes.
- instrumentos de medición objetivos.
- empezar a trabajarlo mucho antes potenciando la participación.
- actuar antes para prevenirla. Fomentar actividades. Hobbies. Voluntariado. Relaciones sociales.
- potenciar redes comunitarias y entornos saludables.
- dar herramientas para poder dar solución a las situaciones.
- evitar el aislamiento.
- la soledad no deseada tiene componentes emocionales. Dar herramientas para gestionar los.
- sensibilizar a los mayores de que es bueno socializar, salir, buscar actividades adecuadas a su edad. Participar si tienen de momento familiares. Centros de mayores del Ayuntamiento. Tener amigos, mascotas. Medios audiovisuales que sepan manejarlos.

2. ¿Qué estrategias de acompañamiento se pueden fomentar y por parte de quién?

- detección y seguimiento por parte de los ayuntamientos.
- si no es dependiente: familia, vecinos, servicios sociales, voluntarios. Si es dependiente: asistencia profesionalizada en la vivienda, circunstancias familiares, ayudas sociales, acompañamiento voluntario.
- haciendo extensivos los servicios ya existentes a través de una colaboración público privada. Apertura centros de atención con actividades. Creación de nuevos servicios. Redes comunitarias.
- acompañamiento público. Centros hogares etc.. Iniciativa social. Red informal.
- desestigmatizar la ayuda profesional.
- potenciar la comunidad vecinal con el entorno: tienda, médico,...
- programas específicos en nuestra red cercana: vecinos, tiendas, centros públicos, atenciones personales, ...
- voluntariado. Socialización. Disposición de espacios para esa socialización. Acceso a redes sociales.
- servicio de información más asesoría accesible a pie y personalizado.

- estrategias para humanizar los espacios sanitarios cuando ingresan o acuden las personas mayores a ellos.
- quien debe detectar la soledad no deseada: médico de cabecera, farmacias, parroquias, trabajadoras sociales, acompañar con voluntariado, lo hacemos en su misma red.
- lo primero y más importante es detectar la soledad no deseada.
- disponer de atención presencial en todos los ámbitos: administración, bancos, médico, etc.
- cultivar y mantener relaciones familiares y de amistad desde el colegio, centros de mayores, con talleres que ayuden a salir mediación y apoyo psicológico.
- acompañamiento familiar, pero también por personas voluntarias, amigos. Establecer estrategias desde los centros de salud, la "receta social". Derivación a recursos disponibles en la zona, asociaciones, Ayuntamiento.

3. ¿Qué estrategias pueden llevar a cabo las propias personas mayores?

- fomentar espacios de encuentro.
- participar en los centros de mayores, hogares de jubilados, amas de casa. Realizar voluntariado.
- recursos accesibles. Ventana única de atención a la discapacidad. Colaboración con entidades especializadas. Voluntariado por sociedad.
- inscribirse en talleres y actividades.
- "radar social", donde salen actividades y recursos sociales que usuarios participen.
- fomentar el deporte en personas mayores
- trabajarse el estado emocional de manera dirigida.
- trabajar la brecha digital.
- promoción de la autonomía personal.
- comunicación con la familia: teléfono, internet. Salir con ellos, amigos. Asistencia a actividades en centros de mayores del barrio. Tener mascotas.
- expresar sus necesidades. Poner palabras. Que necesito?
- darle desde apoyo y ayuda mutua con sus iguales.
- espacios comunes: visibilizar, contar experiencia, identificarse.
- eliminar la negatividad de la soledad del concepto.
- trabajo la soledad como algo positivo.
- aceptar su realidad. Buscar soluciones.
- apoyar a otros mayores porque comprenden mejor las circunstancias. Dejarse asesorar. Acudir a lugares de confianza que pueden detectar su situación.
- facilitar la participación de otros mayores.

4. ¿Cómo lo tiene que contemplar la ley?

- que centralice la coordinación de los medios.
- que se plasmen las estrategias y medidas preventivas.
- contemplar una memoria económica en la misma ley (desarrollo).
- desarrolló pormenorizado de la ley (concreción)
- establecer unas obligaciones para los agentes implicados: formación, forma de proceder, protocolos.
- no adjudicar soledad no deseada por el hecho de ser mayor. dar voz al mayor.
- qué concepto de soledad no deseada y las causas en personas mayores.
- se realista, efectiva y que consiga los objetivos propuestos.
- de forma sensible, con leyes claras y concisas.
- de una manera realista no con un discurso fácil y teniendo en cuenta que se deben hacer inversiones.
- debe asegurar que los poderes públicos aseguran espacios de encuentro y participación de los mayores.
- ofrecer alternativas distintas para que cada persona elija sobre sus cuidados.

OTRAS PREGUNTAS ABORDADAS POR LOS GRUPOS

Cómo se aborda este tema desde la administración pública y como debería hacerse:

Difusión de todos los programas y recursos existentes y coordinación de los mismos. Coordinación sociosanitaria. Que lo abordan pero es desconocido para muchas entidades y usuarios coordinación institucional.

Se debería abordar no queriendo únicamente que desaparezca, sino dar herramientas para disfrutar de la soledad. Herramientas de gestión emocional, gestión del tiempo. Actualizar hogares u otros establecimientos de la administración.

Qué experiencias inspiradoras relacionadas con este tema conoces dos problemas social.

Necesidad de ley. Implicación familiar. Yo como ejemplo. Pensión social. Evitar el individualismo. Sociedad civil como motor.

Qué es lo que más te preocupa de este tema:

se ve como algo muy negativo y trabajamos desde un punto de vista negativo. la soledad no deseada va a más. la problemática de salud mental.

Que no debería olvidársele a la administración para regular este tema:

planteando distintas estrategias según las necesidades. Contemplarlo sin la orientación negativa que incluye la denominación no deseada cuando no sea así. Aportando ideas actuales centrándonos según el perfil de la persona mayor actual, por edades, no es la misma persona mayor que hace treinta años.

Diagnóstico anteproyecto

Ley personas mayores

