



Trabajo Fin de Grado

Proyecto InterConecta: Intercambio intergeneracional para prevenir la soledad y el aislamiento social en las personas mayores.

InterConecta Project : Intergenerational exchange to prevent elderly loneliness and social isolation.

Autor/es

Adrián Sánchez Benavente

Director/es

Antonio Eito Mateo
M^a José Gómez Poyato

Facultad de Trabajo Social
2017/2018

La tragedia de la vejez no es que uno sea viejo, sino que uno es joven.

Oscar Wilde

Cuando el “yo” se reemplaza por el “nosotros”, incluso la enfermedad se convierte en bienestar.

Malcolm X.

“A mi madre, a mi padre y mi hermano, hacia quienes solo puedo expresar mi sincero agradecimiento por apoyarme durante la etapa académica que hoy culmina”

“A mis tutores Antonio Eito y María José Gómez, por su acompañamiento y apoyo”

” A la Facultad de Ingeniería, por abrirme los ojos”

Resumen

El aislamiento social y la soledad influyen en la calidad de vida de las personas mayores. El aislamiento social se refiere a la ausencia o el déficit de relaciones interpersonales que puede derivar en un sentimiento de soledad subjetiva en el que las persona experimentan esta falta de interacción social como una separación del individuo y su entorno. Tras el análisis bibliográfico y una investigación cualitativa se ve necesaria realizar la propuesta de un proyecto intergeneracional que posibilite la relación entre personas de diferentes edades utilizando las nuevas tecnologías como herramienta para llevarlo a cabo. El proyecto esta orientado a favorecer la transmisión e intercambio de conocimientos y valores para posibilitar el enriquecimiento personal y grupal, además de contribuir activamente a la cohesión y desarrollo de la sociedad.

Palabras clave: personas mayores, aislamiento social, soledad, intergeneracional, transferencia de tecnología.

Abstract

Social isolation and loneliness are determining factors in the quality of life of the elderly population. Social isolation refers to the absence or lack of interpersonal relationships that can lead to a feeling of subjective loneliness in which people experience this lack of social interaction as a separation of the individual and their environment. After the bibliographic and qualitative research analysis it is necessary to design an intergenerational project that allows the relationship between people of different ages using the new technologies as a tool to carry it out. The project is aimed at promoting the transmission and exchange of knowledge and values to enable personal and group enrichment, in addition to actively contributing to the cohesion and development of society.

Key words: elderly people, social isolation, loneliness, intergenerational, technology transfer.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	5
2. JUSTIFICACIÓN	6
3. OBJETIVOS DEL TRABAJO	7
4. METODOLOGÍA DEL TRABAJO	7
5. MARCO TEÓRICO	11
5.1. DEMOGRAFÍA DE LA POBLACION ESPAÑOLA	11
5.2. VEJEZ Y ENVEJECIMIENTO	12
5.3. HACIA UN ENVEJECIMIENTO ACTIVO.....	14
5.4. VIVIR SOLO, AISLAMIENTO Y SOLEDAD	15
5.4.1. <i>PERSONAS MAYORES VIVIENDO EN SOLEDAD</i>	15
5.4.2. <i>COMUNIDAD DE ARAGÓN Y SUS CAPITALES DE PROVINCIA</i>	16
5.5. RELACIONES SOCIALES Y CAMBIOS EN EL ROL ENTRE GENERACIONES	19
5.5.1. <i>LA SOLEDAD: LA EPIDEMIA DEL SIGLO XXI</i>	20
5.6. RELACIÓN ENTRE SOLEDAD Y SALUD	22
5.7. SOLEDAD DESDE EL TRABAJO SOCIAL Y FACTORES DE RIESGO	22
5.7.1. <i>INVESTIGACIONES PIONERAS</i>	23
5.8. ESTRATEGIAS Y RECURSOS PARA SUPERAR LA SOLEDAD	23
5.8.1. <i>LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS ENTRE LAS PEROSNAS MAYORES. SALUD Y SEGURIDAD</i>	24
6. MARCO NORMATIVO	26
7. INVESTIAGACIÓN DIAGNÓSTICA	27
7.1. ANALISIS DE LOS PRINCIPALES RESULTADOS.....	27
8. DISEÑO DEL PROYECTO DE INTERVENCIÓN SOCIAL	29
8.1. OBJETIVOS DEL PROYECTO.....	30
8.2. FASES DE IMPLEMENTACIÓN	30
8.3. CRONOGRAMA.....	32
8.4. ACTIVIDADES.....	33
8.5. RECURSOS.....	41
8.6. PRESUPUESTO	42
8.7. EVALUACIÓN	43
8.7.1. <i>EVALUACIÓN GENERAL Y ESPECÍFICA</i>	43
8.7.2. <i>SEGUIMIENTO: COORDINACIÓN DEL PROYECTO Y PRIMER ENCUENTRO ENTRE LA PERSONA MAYOR PARTICIPANTE Y EL ESTUDIANTE VOLUNTARIO</i>	45
9. CONCLUSIONES	47
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	48
ANEXOS	52
ANEXO 1. ANÁLISIS DE LAS ENTREVISTAS A PROFESIONALES.....	52

ANEXO 2: ANÁLISIS DEL GRUPO DE DISCUSIÓN.....	56
ANEXO 3. ENTREVISTA A PROFESIONALES.....	58
ANEXO 4. ENTREVISTA A ANTIGÜO USUARIO DE VIVIR Y COMPARTIR	58
ANEXO 5. GRUPO DE DISCUSIÓN DE ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD	58
ANEXO 6. CONSENTIMIENTO INFORMADO	59

1. INTRODUCCIÓN

El presente trabajo se enmarca en la asignatura de Trabajo Fin de Grado (TFG) que se cursa en el último año del Grado de Trabajo Social en la Facultad de Ciencias Sociales y del Trabajo. La vejez y el envejecimiento es la línea temática elegida desde un principio, con el objetivo de realizar el diseño de un proyecto de intervención social con su correspondiente investigación previa para detectar las necesidades de la población.

Este trabajo está dividido en cuatro bloques.

El primero de ellos recoge la justificación, los objetivos y la metodología del trabajo.

El segundo está dirigido a la fundamentación teórica y normativa, donde se explican los conceptos clave, se presentan los datos sociodemográficos más relevantes y se enmarca el trabajo en la normativa que se toma como referencia.

En el tercer bloque se realiza la investigación diagnóstica dividida en las entrevistas realizadas a los profesionales, el grupo de discusión a los voluntarios estudiantes de la Universidad de Zaragoza, y el diagnóstico posterior que llevará a la realización del siguiente bloque.

El cuarto bloque se corresponde con el diseño del proyecto de intervención social que recoge el objetivo general, los específicos y los operativos; las fases de implementación; las actividades propuestas; los recursos con los que se cuenta para poder llevar a cabo el proyecto; la representación gráfica de las actividades a lo largo del tiempo y el presupuesto incluyendo ingresos y gastos que tendrá el proyecto.

Para terminar, el último bloque corresponde a las conclusiones obtenidas al realizar el trabajo, seguida de la bibliografía y los anexos utilizados para la realización del trabajo.

2. JUSTIFICACIÓN

En el verano de 2015 realicé unas prácticas en el Servicio Social de Castejón (Navarra), donde tuve un continuo contacto con las personas mayores del municipio al confeccionar una encuesta de satisfacción sobre el Servicio de Ayuda a Domicilio que me sirvió para adquirir conocimientos prácticos en el ámbito del trabajo social.

Visité un total de 33 viviendas donde vivían personas mayores en matrimonio o solas. El tiempo fijado para realizar la encuesta desde el principio fue media hora pensando que sería suficiente para acometer con la tarea. Sin embargo, en la cuarta visita me di cuenta de que lo que realmente necesitaban las personas mayores era que alguien dedicara más tiempo a hablar con ellas y, sobre todo, a escucharlas.

Llegado a este punto y sin tener mayores tareas que realizar, decidí dedicar a cada visita más tiempo y transformar una encuesta, con un carácter formal, en un intercambio de experiencias libre y sin formalismos. Los resultados, por mi parte no esperados, fueron sorprendentes. Las personas mayores a las que había visitado comenzaron a mostrar su satisfacción y entusiasmo sobre las charlas que habíamos tenido a las profesionales del Servicio, que acudían una o varias veces a la semana a su domicilio.

A esta experiencia se le suma que a lo largo de los meses de octubre de 2017 y febrero de 2018 leí varias noticias sobre personas mayores que fallecían en soledad en la ciudad de Zaragoza.

Es por ello por lo que pienso que el crecimiento demográfico de las personas mayores en la sociodemográfica española trae consecuencias negativas tanto a nivel individual, como sujeto de percepción de los problemas y consecuencias del contexto social en el que vive, como a nivel de la población en general, que podría no darse cuenta de la importancia que tiene la solidaridad intergeneracional en la sociedad cada vez más individualizada en la que vivimos.

En este mismo punto radica el interés del siguiente trabajo. Es evidente que la condición del ser humano es nacer y morir, y, ¿Qué se hace entre medio? Las respuestas a esta pregunta podrían ser tantas como personas. En los últimos años la población mayor de 65 años ha crecido de una manera desorbitada y, sin embargo, este envejecimiento podría producir consecuencias negativas para este colectivo como es la soledad.

En los tiempos en los que vivimos de crisis sobrevivida pero no superada, las voluntades políticas han ido dirigidas hacia la atomización de las redes sociales y hacia el individualismo. Es por ello por lo que quiero enfocar este trabajo hacia la solidaridad intergeneracional.

Creo que se debe, desde el trabajo social, motivar a los profesionales del área para luchar por una transformación social, o me gustaría llamarla recuperación de las sinergias y redes tejidas que encontrábamos antes de la última crisis surgida en España.

De esta manera, la convivencia y solidaridad social e intergeneracional son el punto de partida del siguiente trabajo, siendo ésta la base en la que encuentro mayor motivación al realizar el trabajo.

3. OBJETIVOS DEL TRABAJO

Los objetivos del presente trabajo son tres:

- En primer lugar, exponer datos sobre el envejecimiento de la población para justificar el creciente casos de personas mayores que viven en soledad y la necesidad de impulsar el envejecimiento activo entre los mayores.
- En segundo lugar, conocer las actuaciones que se están llevando a cabo desde diferentes ámbitos en materia de voluntariado y convivencia, como respuesta a las necesidades que presentan las personas mayores.
- En tercer lugar, diseñar un proyecto de intervención social que dé respuesta a las demandas de las personas mayores.

4. METODOLOGÍA DEL TRABAJO

El acercamiento a la realidad se ha realizado a partir de una idea que ha permitido una aproximación al objeto que se pretende estudiar. Esta idea corresponde a que cada vez hay más personas solas en las edades superiores a los 65 años.

A partir de esta idea, se ha hecho un acercamiento a la **realidad objetiva** a investigar desde una perspectiva cuantitativa y a través de la recopilación documental. Esta es una técnica de investigación social cuya “finalidad es obtener datos e información a partir de documentos escritos y no escritos” que pueden utilizarse para la realización de una investigación (Ander -Egg,1982, p. 213).

También se ha hecho una aproximación a la realidad subjetiva (desde una perspectiva cualitativa y a través de los datos primarios que corresponden a la segunda fase de esta metodología) (Sampieri, et al., 2006).

La metodología para la consecución de los objetivos del presente trabajo se puede dividir en 4 fases:

Fase 1. Revisión bibliográfica

Fase 2. Investigación cualitativa

Fase 3. Análisis de entrevistas, grupo de discusión y diagnóstico

Fase 4. Diseño de un proyecto de intervención

1. REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

La recopilación documental en este caso se ha realizado mediante las fuentes primarias y secundarias.

Las fuentes primarias son aquellas que nos “proporcionan datos de primera mano” (Ander-Egg, 1982, p. 220). Estas se identifican con las entrevistas cualitativas a los 5 profesionales y el grupo de discusión a jóvenes estudiantes, que han aportado un conocimiento singular a la problemática de la soledad en las personas mayores en Zaragoza y ha permitido un acercamiento a la temática de la solidaridad intergeneracional.

Por otro lado, **las fuentes secundarias** son aquellos datos que ya han sido publicados o aquellos que han sido originariamente reunidos por otros (Ander-Egg, 1982). En este trabajo, estos datos se identifican con la bibliografía utilizada: artículos, investigaciones, documentos, etc., que han servido para comprender la realidad social a través de los datos sociodemográficos de carácter cuantitativo y las investigaciones de carácter cualitativas revisadas.

2. INVESTIGACIÓN CUALITATIVA

Tras haber revisado una amplia bibliografía, se optó por realizar entrevistas exploratorias y en profundidad a distintos profesionales que trabajan prestando un servicio o en programas que tienen relación con el colectivo de las personas mayores. También se entrevistó a un antiguo usuario del programa Vivir y Compartir. Para la selección de las personas a entrevistar se utilizó la técnica de muestreo no probabilístico intencional o también llamado muestreo por conveniencia. Esta técnica de muestreo “consiste en seleccionar una muestra de la población por el hecho de que sea accesible” (Ochoa, 2015), por lo que el rigor de selección se ve alterado. A pesar de ello, se considera que la selección de las personas entrevistadas da una imagen holística y clara del universo que se ha estudiado.

A partir de un enfoque cualitativo se recogieron datos primarios a través de las entrevistas a los profesionales y el grupo de discusión realizado a estudiantes de la Universidad de Zaragoza

a) ENTREVISTAS CUALITATIVAS SEMIESTRUCTURADAS

La técnica de la entrevista cualitativa pretende recopilar datos realizando preguntas a los sujetos con el objetivo de “conocer la individualidad de la persona entrevistada y ver el mundo con sus ojos” (Corbetta, 2007, p. 344).

Se utiliza la entrevista semiestructurada porque, de este modo, el investigador puede marcar un guion sobre los temas de interés a tratar en el proceso de la entrevista en el orden que crea conveniente, de manera que se le concede una “amplia libertad tanto al entrevistado como al entrevistador” garantizando que hablarán y cubrirán todos los temas que sean de interés para la investigación (Corbetta, 2007, p. 353).

Para la realización de ésta, se han seleccionado a 5 profesionales conocedores del tema a investigar, por lo que se pretenden recoger aquellos aspectos más importantes relacionados con la cuestión de la soledad y explorar que dirección toman las actuaciones de hoy en día hacia este colectivo.

Para poder aprovechar el conocimiento de los profesionales a entrevistar, se realizó un guion que se divide en 3 bloques temáticos:

- El primero se centraba en la problemática del envejecimiento y la soledad de las personas mayores.
- El segundo trataba de conocer la forma en la que estos programas o servicios daban respuesta a una demanda fundada en las personas mayores.
- El tercero se centraba en el conocimiento de las posibles actuaciones que se pueden llevar a cabo desde el sector público o privado para dar respuesta a la demanda que presentan las personas mayores y en particular las que viven en soledad.

En la siguiente tabla se muestran las entidades en las que trabajan los profesionales entrevistados, así como el programa que llevan a cabo:

Tabla 1: Entidades, programas y códigos asignados a las entrevistas de investigación

Entidad	Programa o servicio	Código asignado
Fundación Rey Ardid	Vivir y Compartir	E.01
Seniors en Red	Seniors en Red (servicio de acompañamiento)	E.02
Ayuntamiento	Programa promoción de vivienda. Zaragoza Vivienda.	E.03
Ayuntamiento	Programa promoción de vivienda. Zaragoza Vivienda.	E.04
Ayuntamiento	Centro de convivencia para personas mayores.	E.05
Usuario Vivir y Compartir	Partícipe del programa cuando era estudiante de Doctorado	E.06

Fuente: Elaboración propia

b) GRUPO DE DISCUSIÓN

El grupo de discusión o grupo de enfoque se define como “una técnica cualitativa que recurre a la entrevista realizada a todo un grupo de personas para recopilar información relevante sobre el problema de investigación” (Bisquerra, 2009, p.343).

En los grupos de discusión no se puede obviar la figura del moderador. Como investigador ejercí la función de moderador con el fin de “crear una atmósfera permisiva y reflexiva” (Llopis, 2004, p. 167).

El primer paso evidente para la realización de un grupo de discusión es determinar el tema que se quiere investigar. Este primer paso nos llevará al segundo referido a buscar a los participantes en función de las características que estarán marcadas por el tema. En este caso, el grupo se realizó con la colaboración de 4 estudiantes de la Universidad de Zaragoza.

Los temas que se pretendieron alcanzar son:

- Envejecimiento de la población
- Soledad
- El deber de los jóvenes para con los mayores
- Solidaridad intergeneracional

Una vez realizadas las entrevistas y el grupo de discusión, se recopiló toda la información recogida en ellas para poder realizar la fase 3: análisis de las entrevistas y del grupo de discusión, con el fin de obtener un diagnóstico de la situación que llevaría a la realización del proyecto de intervención.

Los códigos asignados a los participantes del grupo de discusión se encuentran en el [Anexo 2](#) (p.56).

3. ANÁLISIS DE ENTREVISTAS, GRUPO DE DISCUSIÓN Y PRINCIPALES RESULTADOS

Debido a la importancia que toma el análisis cualitativo de la investigación realizada y el posterior diagnóstico en el marco del presente trabajo, se dedicará un apartado completo más adelante en el punto 7 del trabajo.

4. DISEÑO DE UN PROYECTO DE INTERVENCIÓN

Tras haber realizado el estudio de investigación y elaborado el diagnóstico sobre la situación problema sobre la que se quiere actuar, se ha procedido a diseñar el proyecto de intervención social (Ander-Egg, 1988).

De una manera amplia el proyecto responde a la necesidad de paliar y prevenir la soledad y la necesidad de reducir la brecha digital mediante actividades dirigidas a la enseñanza de las TIC en las personas mayores.

5. MARCO TEÓRICO

5.1. DEMOGRAFÍA DE LA POBLACION ESPAÑOLA

La **Organización Mundial de la Salud** (OMS de aquí en adelante) (2015) calcula que en el mundo hay unos 605 millones de personas de más de 60 años y estima que en el **2025** la cifra llegue a **1.200 millones**, de los cuales dos de cada tres vivirán en países en desarrollo.

España es un país desarrollado y de acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística (INE de aquí en adelante), a 1 de enero de 2017, hay un total de 46.528.966 habitantes. De la población total de España, en 2016, las personas mayores de 60 años suponen el 24.64% de la población, es decir, un total de 11.467.684 personas mayores (IMSERSO, 2016).

Tabla 2: Distribución de la población mayor de sesenta años por grupos de edad

Grupos de edad	Población a 1 de enero		Crecimiento anual	
	2016	2017	Absoluto	Relativo (%)
60 a 64 años	2.568.305	2.636.543	68.238	2,66
65 a 69 años	2.348.133	2.370.045	21.912	0,93
70 a 74 años	1.975.727	2.058.779	83.052	4,20
75 a 79 años	1.584.129	1.537.204	-46.926	-2,96
80 a 84 años	1.430.780	1.450.915	20.661	1,41
85 a 89 años	889.323	918.984	29.661	3,34
90 a 94 años	371.148	390.745	19.596	5,28
95 y más años	94.924	104.469	9.546	10,06

Fuente: Elaboración propia a través del INE (2017)

En la tabla se observa el crecimiento absoluto y relativo (%) de la población mayor de 60 años en el periodo de un año. Destaca el crecimiento relativo del grupo de edad de “95 y más años” que supone un 10,06% de incremento. El único grupo de edad de personas mayores que desciende en un 2,96% es el de “75 a 79” años.

Según la previsión del INE, se calcula que la cifra de mayores aumente de manera enérgica en los próximos años debido a la llegada de la generación del *baby-boom* a los 65 años, lo que “implica una importante presión sobre los sistemas de protección social y sanitaria” (IMSERSO, 2016, p.50).

En la siguiente tabla se presenta la evolución y la proyección que hace el INE (2016), citada por el IMSERSO (2016), sobre la población total de personas mayores desde el 1900 hasta el 2065.

Tabla 3: Evolución de la población mayor de España 1900-2065

AÑOS	POB. TOTAL	65 AÑOS Y MÁS		65-79		MÁS DE 80	
	ABSOLUTO	ABSOLUTO	%	ABSOLUTO	%	ABSOLUTO	%
1900	18.618.086	967.744	5,2	851.859	4,6	115.385	0,6
1910	19.995.686	1.105.569	5,5	972.954	4,9	132.615	0,7
1920	21.389.842	1.216.693	5,7	1.073.679	5,0	143.014	0,7
1930	23.677.794	1.440.739	6,1	1.263.626	5,3	177.133	0,7
1940	26.015.907	1.699.860	6,5	1.457.702	5,7	224.158	0,9
1950	27.96.755	2.022.523	7,2	1.750.045	6,3	272.478	1,0
1960	30.528.539	2.505.165	8,2	2.136.190	7,0	368.975	1,2
1970	34.040.989	3.290.800	9,7	2.767.061	8,1	523.739	1,5
1981	37.683.363	4.236.724	11,2	3.511.593	9,3	725.131	1,9
1991	38.872.268	5.370.252	13,8	4.222.384	10,9	1.147.868	3,0
2001	41.116.842	7.037.553	17,1	5.404.513	13,1	1.633.040	4,0
2011	46.815.916	8.116.350	17,3	5.659.422	12,1	2.456.908	5,2
2015	46.408.171	8.701.380	18,7	5.908.766	12,7	2.792.613	6,0
2020	45.943.952	9.265.370	20,2	6.400.607	13,9	2.864.762	6,2
2030	45.321.187	11.461.092	25,3	7.884.709	17,4	3.576.383	7,9
2040	44.753.998	14.074.582	31,4	9.408.336	21,0	4.656.245	10,4
2050	43.731.748	15.608.868	35,7	9.348.322	21,5	6.244.541	14,2
2060	41.834.615	14.894.296	35,6	7.392.399	17,7	7.501.897	17,9
2065	41.290.170	14.291.368	34,6	6.821.701	16,5	7.469.667	18,2

Fuente: Elaboración propia a través de los datos del IMSERSO (2016)

En este sentido y según las proyecciones realizadas por el INE, las personas mayores de 65 años estarán por encima del 34% de la población (con aproximadamente 14.291.368 de personas) en 2065 y los octogenarios llegarán a ser más de 4 millones, lo que supondría más del 30% del total de la población mayor (IMSERSO,2016, p.66).

Este aumento del peso de las personas mayores de 65 años en la pirámide de población tiene un nombre: **envejecimiento demográfico** definido por Santos del Campo (1991, p.181) como “la modificación progresiva de la estructura por edad de la población, que se traduce en un aumento de la proporción de los grupos de edad avanzada, frente a una disminución pareja de los grupos de edad más joven, o, lo que es igual, la proporción creciente del grupo de edad 65 años y más respecto del total de la población.”

5.2. VEJEZ Y ENVEJECIMIENTO

Parece importante aclarar dos términos que muy a menudo se confunden: **la vejez y el envejecimiento**

El **envejecimiento** es definido por Bódalo Lozano (2003, p.91) como:

“Fenómeno en el que se entrecruzan una serie de procesos biológicos, psicológicos, culturales, económicos y sociales. Por lo tanto, los cambios que experimentan los seres humanos son tanto de tipo biológico como de salud, de personalidad, de estilo de vida, de poder adquisitivo o de estatus social.”

Puesto que este conjunto de cambios es experimentado de formas diferentes por las personas que comparten la misma edad, “el proceso de envejecimiento se convierte en algo heterogéneo para el conjunto social” (Bódalo Lozano, 2003, p. 91).

Siguiendo a Santos del Campo (1991, p. 181) podemos definir la **vejez** como:

“el periodo de la vida que se inicia a los 65 años, siendo este umbral cronológico absolutamente relativo y dependiente del tiempo, la historia y, en definitiva, del momento histórico en que se analice cada sociedad.”

Frente a un problema individual, como es la vejez, se sitúa el **envejecimiento demográfico**. Su importancia deriva precisamente de su impacto demográfico y social, siendo los principales factores que influyen en que una población (nunca un individuo) envejezca:

- Descenso de la natalidad
- Descenso de la mortalidad o prolongación de la vida
- Migraciones

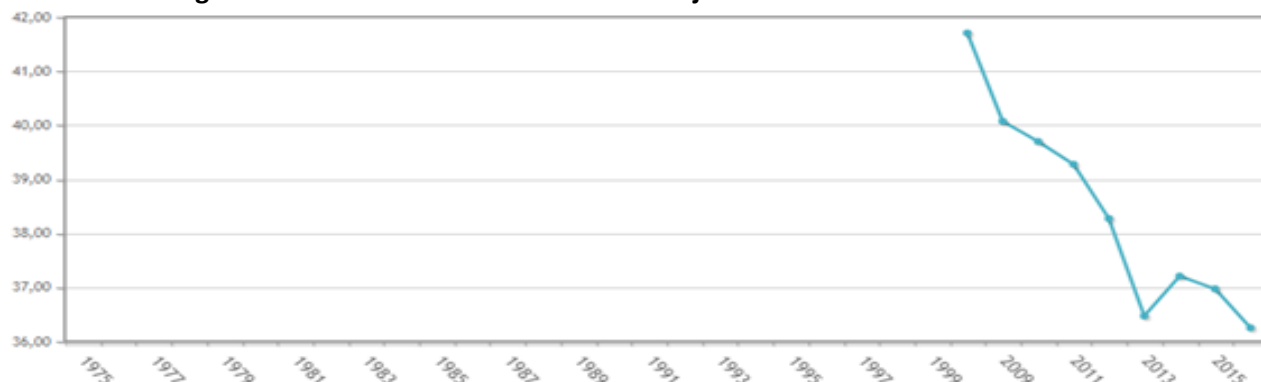
De hecho, el aumento proporcional del grupo de 65 años y más es debido, en gran parte, a una falta de niños y jóvenes, vacío que se produce, a su vez, como consecuencia lógica de la reducción de la fecundidad.

Según Del Campo, (citado por Díaz Casanova, 1988), el crecimiento de la población anciana se ha visto acompañado de una **caída de la fecundidad**, lo que ha hecho retroceder el porcentaje de la población menor de catorce años, provocando el envejecimiento global de la población del país.

De esta manera, el descenso del % de los menores de 14 años, que se puede observar en el siguiente gráfico, y el crecimiento acelerado de los mayores de 65, encamina a la población española hacia el envejecimiento, adquiriendo, por consiguiente, la tercera edad una progresiva importancia estadística que tiene evidentes repercusiones sociales (Casanova, 1988, p. 92-93).

En consecuencia al descenso de la fecundidad en España, se percibe que la tasa de natalidad en 2016 varió respecto al año anterior 2.4 puntos, registrándose, únicamente, un 8.8 % de nacimientos (INE, 2017).

Gráfico 1: Tasa global de fecundidad. Nacidos x 1000 mujeres.



Fuente: INE (2017)

Debido a los pocos y decrecientes nacimientos producidos en España en el año 2016, observables en la gráfica, el **saldo vegetativo** en España era negativo, ya que se producían en España 28 muertes más que

nacimientos cada año. Esto significa que la población se contrae y está sufriendo un **proceso de envejecimiento y de regresión de la población** (INE, 2017).

El envejecimiento de la población puede darse por la base y por la cima, sin embargo, en la gráfica se observa que la mortalidad infantil llega a alcanzar valores mínimos en los últimos años. Así, se puede afirmar que el envejecimiento demográfico se está dando por la cima y no únicamente por la base (Santos del Campo, 1991).

No se puede aceptar, sin crítica, el estereotipo de un envejecimiento entendido solamente como declinación o merma de facultades. Es evidente que se producen estas disminuciones, pero es más importante considerarlo como un proceso continuo de cambio y adaptaciones de todo tipo a nuevas situaciones. De este modo, se distingue entre envejecimiento **intrínseco** (se refiere a los procesos internos y específicos de la persona relacionados con la edad) y **extrínseco** (cambios relacionados con la edad originados por factores externos vinculados al medio físico y social de la persona) (Santos del Campo, 1991).

5.3. HACIA UN ENVEJECIMIENTO ACTIVO

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2015), el envejecimiento activo se define como el **proceso para optimizar** las oportunidades de **salud, participación y seguridad** con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen y requiere de una **respuesta multidisciplinar e integral desde la sociedad**. De esta manera, envejecer de una manera activa supone una implicación personal acompañada de factores demográficos, sociales, sanitarios, políticos, económicos y culturales (Ministerio de sanidad, servicios sociales e igualdad, 2017).

Es evidente, por los datos aportados, que las personas mayores son un colectivo que va en aumento y, por lo tanto, el envejecimiento demográfico constituye hoy en día uno de **los fenómenos sociales** con más relevancia en nuestro país.

La Declaración del Consejo de la Unión Europea (EPSCO) insta a los países miembros de esta a desarrollar políticas que articulen propuestas dirigidas hacia un envejecimiento activo y solidaridad intergeneracional (Ministerio de sanidad, seguridad social e igualdad, 2017).

Para ello, y siguiendo las orientaciones que marca la UE, en España se ha creado la **Estrategia Nacional de Personas Mayores para un Envejecimiento Activo y para su Buen Trato 2018-2021**, que tiene como objetivo “recoger las líneas de actuación que orienten las políticas públicas, presentes y futuras, hacia las personas mayores, dirigidas a promover el envejecimiento activo, la calidad de vida y su buen trato.” (Ministerio de sanidad, seguridad social e igualdad, 2017, p.6)

Actualmente, el envejecimiento activo se ve como un reto que se presenta principalmente en los países desarrollados, y es por tanto que se debe hacer frente a este fenómeno desde las políticas, quienes deben comprometerse con los derechos a una vida digna de las personas mayores.

Si bien es importante que se tomen medidas políticas que vayan dirigidas hacia la mejora de las situaciones que se presentan en la sociedad, también lo es que haya acciones que den respuesta desde la sociedad estas situaciones, promoviendo, de esta manera, el envejecimiento activo (Agudo, Pascual y Fombona, 2012). Así, el objetivo deberá ser mantener activas a las personas mayores promoviendo la participación de estos en la “vida social, económica y cívica” (Ministerio de sanidad, servicios sociales e igualdad, 2017, p.6).

Para promover el envejecimiento activo es necesario concienciar a la sociedad sobre el significado de este término, pues no debe ser una preocupación para esta, sino que, al contrario, “es un logro social que es preciso reconocer en las generaciones de personas mayores que pueden mantenerse socialmente activas y aportar su experiencia participando en el desarrollo de este país” (Ministerio de sanidad, servicios sociales e igualdad, 2017, p.7).

5.4. VIVIR SOLO, AISLAMIENTO Y SOLEDAD

De acuerdo con Santos del Campo (1991), las **formas sociales de vida** no dependen totalmente de las voluntades de los sujetos, sino que están en función de los procesos sociales de producción. Así, el modo de producción capitalista adapta la estructura familiar a sus necesidades productivas, y, en este sentido, se justificaría el aumento de las personas mayores viviendo solas.

Las **formas de vida familiar de los ancianos** pueden presentarse como: soledad, familia nuclear o familia plurinuclear. **Los ancianos solos, estarían dentro de los hogares sin núcleo** (Santos del Campo, 1991).

Vivir solo no lleva implícito padecer soledad ni aislamiento social. Sin embargo, autores como Casanova (1988, p.108) consideran el hecho de vivir solo como un “elemento perturbador del bienestar de las personas, y particularmente de los ancianos.”

El número de personas mayores que viven solas cada vez es mayor, particularmente entre las mujeres. En el año 2015 se registró que el 29% de las personas mayores de 65 años estaban en estado de viudedad, el 6.5% solteras y el 4% separadas o divorciadas (IMSERSO, 2016). La suma de los datos anteriores se aproxima a un 40%, es decir, aproximadamente la mitad del total de las personas mayores de 65 años en España, se encuentran solas en lo que se refiere al estado civil.

5.4.1. PERSONAS MAYORES VIVIENDO EN SOLEDAD

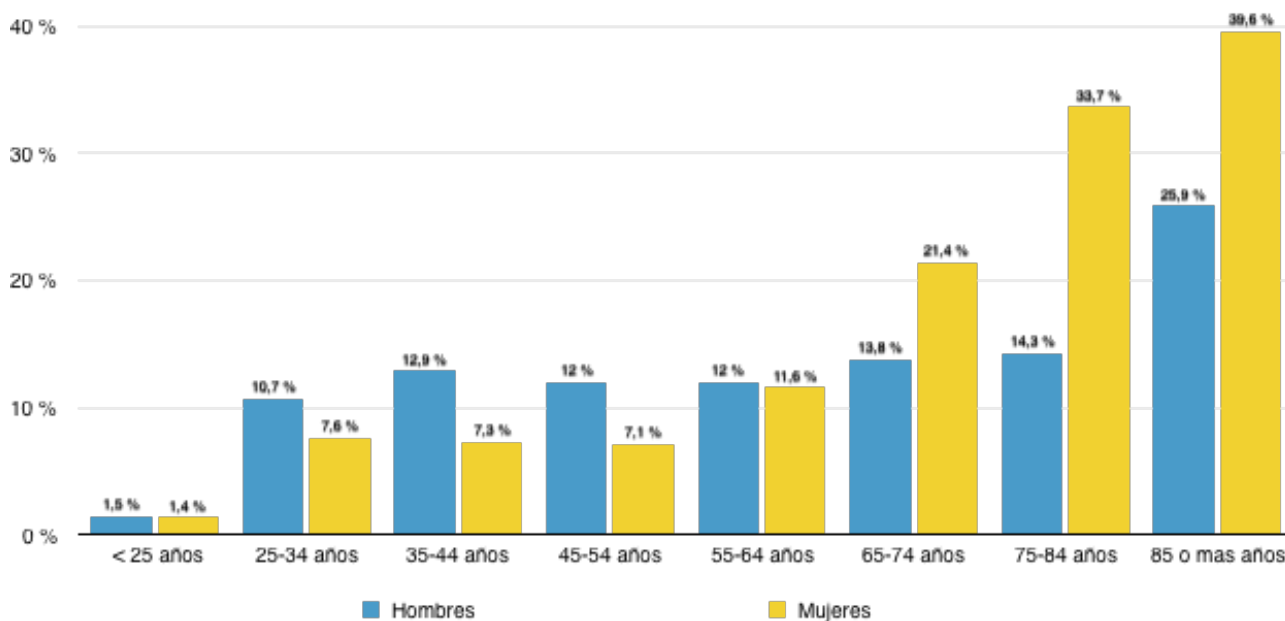
Para conocer las personas mayores de 65 años que viven solas en España, debemos atender a los datos que nos da el INE (2017). Estas suponen un colectivo en crecimiento, y en particular en las mujeres (IMSERSO, 2016, p.394).

De acuerdo con los datos de la *Encuesta continua de hogares 2017*, en España hay 4,6 millones de **hogares unipersonales**, lo que supone un aumento del 10.61% con respecto a los datos del *Censo de población y viviendas* de 2011, y un incremento del 4% respecto al año anterior 2016 (INE, 2017).

Del total de personas viviendo solas en España en el año 2016, un 41.7% (1.933.300 personas) tenían 65 o más años: el 70.7% de esa cifra (unas 1.367.400 personas) eran mujeres (INE, 2016). La diferencia producida con respecto al año anterior fue notable en los hombres, aumentando el número de personas mayores de 65 años en un 12.4%, mientras que las mujeres lo hicieron un 0.8%. Dentro de lo que es el sobrevejecimiento, el 39.6% de las mujeres mayores de 85 años vivían solas, frente al 25.9% de los hombres (INE, 2017).

En el siguiente gráfico se observa cómo las edades más avanzadas son las que más vulnerables y propensas son a vivir solas.

Gráfico 2: Propensión a vivir solo según sexo y edad.



Fuente: Elaboración propia a través del IMSERSO (2016)

De acuerdo con lo que se observa en la gráfica, son las mujeres las que experimentan un aumento mayor respecto a los hombres. Este aumento repentino comienza a los 65 años, y va aumentando un sorprendente 10% cada 10 años.

5.4.2. COMUNIDAD DE ARAGÓN Y SUS CAPITALES DE PROVINCIA

Ya se ha visto que la población de personas mayores en España ha ido en aumento los últimos años. Los datos provistos anteriormente son importantes para comprender el contexto nacional, sin embargo, la investigación del presente trabajo se centra en la Comunidad de Aragón, concretamente en Zaragoza. Para ello deben conocerse los datos referidos a esta ciudad en contraste y comparación con Aragón y España.

Tabla 4: Cifras oficiales de población residente en España, Aragón y sus provincias en variaciones absolutas y relativas.

	Datos Absolutos		Variación población 2016-2017	
	Padrón 2017	Padrón 2016	Absoluta	Relativa
España	46.572.132	46.557.008	15.124	0,03
Aragón	1.308.750	1.308.563	187	0,01
Provincia de Huesca	219.702	221.079	-1.377	-0,62
Provincia de Teruel	135.562	136.977	-1.415	-1,03
Provincia de Zaragoza	953.486	950.507	2.979	0,31

Fuente: Elaboración propia a través de la Organización Municipal, Eficiencia Administrativa y Relaciones con los Ciudadanos (2018)

La tabla ofrece las cifras de la población residente en España, Aragón y las provincias de Huesca, Teruel y Zaragoza a 1 de enero de 2017. La población de Aragón a esta fecha era de 1.308.750, lo que supone un 2,8% de la población total española. Se observa como el crecimiento de las poblaciones es muy pequeño en todos los casos, tomando un valor negativo en las provincias de Huesca y Teruel. Tanto el crecimiento que toma valores tan pequeños como el decrecimiento de la población se debe a la caída de la fecundidad y por lo tanto de la tasa de natalidad, o a que las muertes superan a los nacimientos en los últimos años.

En los siguientes gráficos se observa como la Comunidad Autónoma de Aragón sufre un proceso de envejecimiento en la pirámide de la población muy similar al de su capital, Zaragoza.

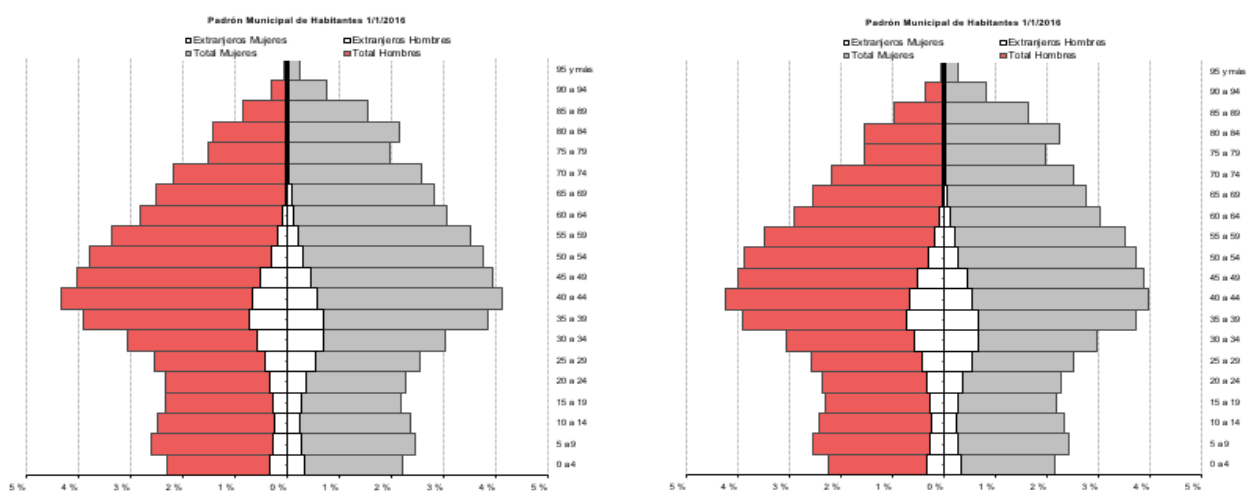


Gráfico 3: Pirámide de población de la Comunidad de Aragón y de Zaragoza

Fuente: INE (2016)

Fuente: INE (2016)

En Zaragoza, a 1 de enero de 2018 la población total registrada fue de 697.895 habitantes. Según el cálculo realizado a partir de las “Cifras de Zaragoza 01-2018”, la población mayor de 65 años es de 144.326 personas, lo que supone que un 20.68% de personas en Zaragoza pertenecen al grupo de edad de 65 y más años. Observamos pues, cierta similitud con las estadísticas nacionales.

La tasa de envejecimiento en el municipio de Zaragoza se sitúa en 147,47%. Se observa que es un fenómeno especialmente acelerado como consecuencia de la mayor longevidad ya que en menos de 30 años se ha duplicado el número de personas mayores de 65 años en España (INE, 2017)

Se presentan en una tabla los indicadores de envejecimiento y sobre-envejecimiento en los distritos de Zaragoza.

Tabla 5: indicadores de envejecimiento y sobre-envejecimiento y de personas mayores

DISTRITOS:	ACTUR REY FERNANDO	CASABLANCA	CASCO HISTORICO	CENTRO	DELICIAS	EL RABAL	LA ALMOZARA	LAS FUENTES	MIRALBUENO	OLIVER-VALDEFIERRO	SAN JOSÉ	SANTA ISABEL	TORREOLA PAZ	UNIVERSIDAD
TASA DE ENVEJECIMIENTO 2015	77,8	40,9	162,7	265,6	219,3	95,7	186	210,6	40,8	80,4	218,8	49	139,3	207,9
TASA DE ENVEJECIMIENTO 2016	11,2	14	20,6	19,3	16,8	13,8	14,1	15,3	17,8	13,6	17,1	17,8	17,1	20,4
PERSONAS DE 65 O MAS AÑOS QUE VIVEN SOLAS 2016	1,157	565	2,841	4.080	6,612	2,898	1,126	2,627	177	928	4,267	268	2,026	3.100
PERSONAS DE 85 O MÁS AÑOS QUE VIVEN SOLAS 2016	158	105	757	1,207	1,755	650	266	627	137	216	1,102	63	523	901

Fuente: Elaboración propia a través de la Fundación Ebrópolis (2017).

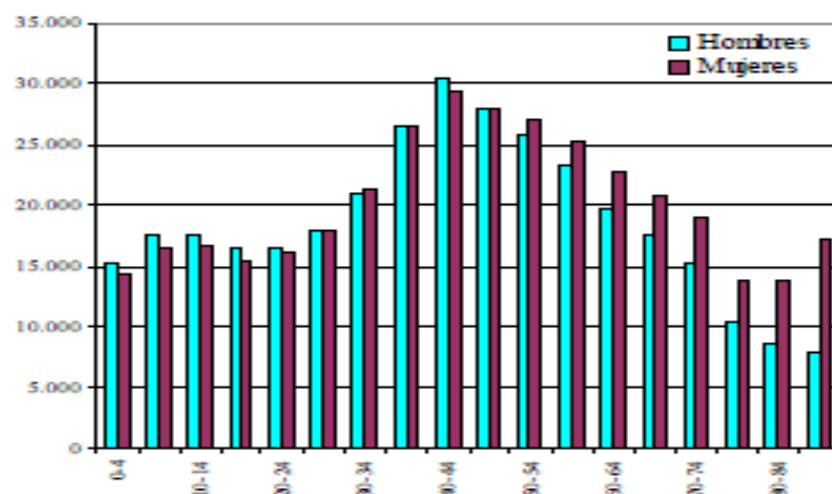
El documento elaborado por la Dirección de Organización Municipal, Eficiencia Administrativa y Relaciones con los Ciudadanos (2017), muestra que las formas de vida más frecuentes son las que presentan 1 ocupante de entre 65 y 84 años con un total de 26.483 viviendas censadas y las que presentan 2 ocupantes del mismo rango de edad. Esto supone una gran proporción de personas mayores de 65 años que viven solas o con un acompañante.

En la tabla anterior se muestran las cifras de personas mayores de 65 y 85 años que viven solas a fecha de 2016. Se observa como el distrito de Delicias presenta de forma aplastante la mayor población de personas mayores de 65 años viviendo solas en Zaragoza. Le siguen los distritos de San José y Centro. Coincide que el número de personas mayores de 85 años que viven solas, presentan las cifras más altas en los mismos distritos y siguiendo el mismo orden.

Este proceso de envejecimiento se ve reforzado por la **baja tasa de natalidad** que se ha registrado desde hace algunas décadas. La **reducción de la fecundidad** queda registrada en el INE desde los años 70, alcanzando un valor aproximado a 3 hijos por mujer en edad fértil entonces, mientras que hoy en día este valor se sitúa en 1,33 (INE, 2016).

De la misma manera que en los datos nacionales, se aprecia en Zaragoza que las mujeres ganan presencia respecto a los hombres a medida que se aumenta la edad. Es sobre todo en las edades más avanzadas donde hay una diferencia importante entre ambos sexos (Organización Municipal, Eficiencia Administrativa y Relaciones con los Ciudadanos, 2018).

Gráfico 4: Diferencia de las mujeres con respecto a los hombres en edades avanzadas



Fuente: INE (2017)

En cuanto a la forma de vida de las personas mayores en Zaragoza, del total de 272.119 viviendas ocupadas censadas en el 2017, encontramos que 62.518 se corresponden con viviendas en las que sólo viven mayores de 64 años y 11.307 mayores de 84 años.

5.5. RELACIONES SOCIALES Y CAMBIOS EN EL ROL ENTRE GENERACIONES

Una vez plasmados los datos considerados más relevantes sobre las personas que viven solas como consecuencia del fenómeno del envejecimiento demográfico, se pretende explicar algunas de las consecuencias que se perciben en diferentes estudios que van de la mano del proceso de envejecimiento.

El ser humano por naturaleza es un animal social, y como tal, las personas necesitan crear vínculos y relaciones sociales afectivas con sus semejantes. Sin embargo, no siempre se pueden mantener los lazos sociales contruidos a lo largo de la vida, o quizás simplemente no se llega a alcanzarlos (Díez y Morenos, 2015).

La prolongación en la vida y la falta de recursos para abordar los problemas que se les presentan a las personas mayores en su día a día se suma a la forma que tiene la estructura social. Las personas mayores sufren una **dependencia social** muy alta, aunque no la perciben. Es por ello por lo que no se ven capaces de luchar por las necesidades mínimas, situando a este colectivo en un ambiente donde mayoritariamente se da la “marginalización, la miseria y la soledad” (Del campo, 1991, p.189).

Así pues, para satisfacer las necesidades de las personas mayores, se debe centrar la atención en este colectivo en general y en los sujetos que los conforman en particular, para tener en cuenta la subjetividad de estos y por convertirse en una necesidad en sí misma de la sociedad (Bódalo, 2003, p.90).

Siguiendo a la OMS (2015), las **experiencias más frecuentes entre los ancianos** son las del dolor por la muerte de un ser querido, el descenso del nivel socioeconómico como consecuencia de la jubilación, o la discapacidad. A su vez, estos factores pueden ocasionar en las personas mayores **aislamiento, soledad, angustia y pérdida de la independencia**.

5.5.1. LA SOLEDAD: LA EPIDEMIA DEL SIGLO XXI

El **aislamiento social** es definido por Gené, Ruiz, Obiols, Oliveras y Lagarda (2016, p. 605) como “la situación objetiva de tener mínimos contactos con otras personas, bien sean familiares o amigos”

Diez y Morenos (2015, p. 12) dicen que el **aislamiento social**, en inglés *social withdrawal*, se refiere a la “ausencia involuntaria de contactos sociales”. Sin embargo, no debemos caer en la tentación de confundir el aislamiento como elección con el aislamiento debido a la falta de herramientas externas al individuo, como podría ser la ausencia de un ascensor en la comunidad que impide que una persona mayor con movilidad reducida pueda entablar las relaciones sociales pretendidas. Así pues, estamos entendiendo este término desde la pretensión, sin éxito, de un individuo.

De esta manera, el aislamiento desde la **elección** se identificaría como “estar solo”, mientras que desde la **obligación** podría llevar a la aparición de la soledad (Diez y Morenos, 2015, p. 13).

Antes de definir el concepto de soledad, es importante saber que, en un comienzo, la soledad no se vinculaba con tener emociones negativas, sino que se asociaba al estar aislado. De esta manera, los estados de soledad se podrían entender como una forma de experimentar y disfrutar de la misma, y no sólo centrándose en la “tristeza, pérdida o sufrimiento” (Diez y Morenos, 2016, p.8). Así, se identifica el sentimiento de estar solo y aislado en aquellas personas que perciben una falta de afectividad. Al contrario, quienes dicen estar solos voluntariamente, no experimentan emociones negativas como los anteriores (Diez y Morenos, 2016).

La **soledad**, vista desde el ángulo de la subjetividad de la persona y según Diez y Morenos (2016, p.12), se refiere a la forma en la que la persona experimenta esta falta de interacción social como una separación del individuo y su entorno.

El diccionario de la lengua española define la soledad como la *1. carencia voluntaria o involuntaria de compañía, 3. Pesar y melancolía que se sienten por la ausencia, muerte o pérdida de alguien o de algo.*

Montero, López y Sánchez, citado por Diez y Morenos (2015, p.11) definen soledad como “un fenómeno multidimensional psicológico potencialmente estresante; resultado de carencias afectivas, sociales y/o físicas, reales o percibidas, que tiene un impacto diferencial sobre la salud psicológica y física de la persona”

A su vez, la soledad puede ser definida de diversas formas, pero las aproximaciones que se han dado teóricamente tienen un denominador en común: “la ausencia o el déficit de relaciones interpersonales” (Diez y Morenos, 2015, p.8).

Rubio (2007) explica la soledad como el sentimiento que produce una sensación de insatisfacción, angustia, temor, nostalgia, etc. que responde a la necesidad y el deseo de afecto y **distingue entre aislamiento y desolación**. La primera responde a la situación de encontrarse sin compañía mientras que la segunda se identifica con la toma de conciencia de la situación de esta carencia.

En base a lo anterior, se distingue entre la **soledad objetiva y la soledad subjetiva**, se debe diferenciar entre **estar solo y sentirse solo, además de ser complementarias y no excluyentes entre ellas (pueden darse al mismo tiempo)**. El estudio realizado por el **IMSERSO (1998)**, habla de que la experiencia de alguna de estas

condiciones puede desencadenar en otro tipo de situaciones, a saber: desilusión por la vida, enfermedades mentales o incluso el suicidio.

El **primer tipo** no implica siempre un problema, la soledad voluntaria o deseada no supone un problema en ningún colectivo de edad (Rubio, 2004). En este sentido, las personas mayores de 65 años que viven solas en Zaragoza (26.483 personas) se les considera como un colectivo de riesgo ya que tenemos que tener en cuenta que hay múltiples factores que afectan a la realidad social de las mismas, tal y como se ha dicho al citar a la OMS.

A pesar de todo, no podemos considerar la **etapa de la vejez como algo universal**, por el contrario, se estaría afirmando que el proceso de envejecimiento es homogéneo y, por lo tanto, renegando a las experiencias individuales de cada persona (Bódalo, 2003, p. 91).

El segundo tipo de **soledad que se identifica es la subjetiva**. Sentirse solo se corresponde con una experiencia subjetiva y que, a diferencia de la anterior, puede ocurrir estando en compañía. Por lo tanto, este sentimiento surge cuando no estamos satisfechos con las relaciones afectivas que establecemos. Podría medirse de una forma cuantitativa o como la calidad que se percibe de las mismas, es decir, puede ser que tengamos este sentimiento debido a la falta de relaciones afectivas o a que éstas no son como esperamos que sean (Bermejo, 2005).

Algunos autores como Bermejo, citado por Diez y Morenos (2015, p. 9) definen la idea de la existencia del **Síndrome de la Soledad**, entendido como “un estado psicológico que sucede a consecuencia de pérdidas en el sistema de soporte individual, disminución de la participación de las actividades dentro de la sociedad a la que pertenece y sensación de fracaso en su vida”.

Estas no son las únicas diferencias que se pueden encontrar cuando hablamos de soledad.

Para Robert Weiss, (citado por Diez y Morenos, 2015, p.10), autor importante en las teorías de la soledad, dice que la soledad es “una respuesta ante la ausencia de una provisión de relación particular” y **diferencia entre la soledad emocional y la soledad social**. A la primera se refiere a “la ausencia de apego emocional y de relaciones afectivas con otras personas” y por lo tanto se encuentra dentro de la teoría del apego, propuesta por John Brownly, citado en el mismo estudio sobre la soledad en España (2015), que considera que las relaciones afectivas sanas establecidas en la niñez permiten el asentamiento de la seguridad percibida en uno mismo cuando es más adulto. Por otro lado, la soledad social se refiere a la “cantidad o calidad de las relaciones sociales” y, por lo tanto, se refiere a “la falta de sentido de pertenencia o integración a una comunidad o red social” (Diez y Morenos, 2015, p.11). Ambas son complementarias.

Se observa que la soledad ha sido objeto de estudio para muchos autores, sin embargo, en este trabajo se da una aproximación acerca de las diferentes definiciones que se han generado en el pasado siendo la soledad subjetiva del individuo a lo que se le da la mayor importancia por ser el motivo justificante del presente trabajo.

5.6. RELACIÓN ENTRE SOLEDAD Y SALUD

Diversos estudios remarcan la incidencia que tienen las relaciones sociales en la salud. En concreto, en la etapa de la vejez. El aislamiento social y la soledad influyen en la calidad de vida de las personas mayores por tener mayor probabilidad de adquirir hábitos no saludables (Gené Badía et al., 2016).

El concepto de “salud” implica, para la OMS (2015), un bienestar físico, mental y social. Por ello, se le da importancia a los programas que generen espacios relacionales entre la salud mental y social, dedicados especialmente a las personas mayores. De esta forma, el envejecimiento activo tendrá un sentido participativo en estos espacios de ámbitos diversos.

El concepto de salud social se refiere a la salud de una persona en relación con su disposición de interactuar con los demás y progresar en entornos sociales (Breilh, 2013). De esta manera, se puede afirmar que un factor que influye en la salud y en el bienestar de las personas son las interacciones sociales.

Se hace evidente que el aislamiento puede ser un factor que agrave una enfermedad mental o física de una persona y las interacciones sociales ayudarían a la recuperación o superación de esta.

Siguiendo a Teresa Bazo, citada por Díez y Morenos (2016), la relación entre salud y soledad es más estrecha que entre edad y soledad, esto es debido a que el sentimiento que se tiene sobre la soledad influye en la percepción que una persona tiene sobre su salud. Por ejemplo, es sabido que el sentimiento de soledad es un factor que, independientemente de otros, augura la demencia (Gené Badía et al., 2016).

Bazo (1988) enuncia que no es fácil determinar los efectos que tienen la soledad o la falta de relaciones en la salud. Sin embargo, afirma que hay evidencias de que el estrés, que puede ser generado por la vivencia de estas situaciones, influye negativamente en los problemas de salud de las personas mayores.

5.7. SOLEDAD DESDE EL TRABAJO SOCIAL Y FACTORES DE RIESGO

La soledad es un fenómeno social y por lo tanto existen características demográficas, psicológicas, económicas, y situaciones vitales que deben de tenerse en cuenta a la hora estudiar la soledad sentida en las personas. En concreto, la pérdida de la capacidad económica como consecuencia de la jubilación, la depresión en el anciano, los acontecimientos experimentados a lo largo de la vida, la pérdida del cónyuge, etc., son considerados **factores de riesgo** en las personas mayores que pueden derivar en padecer soledad (Gené Badía et al., 2016).

Los factores de riesgo definen a una población vulnerable y, por lo tanto, son objeto de intervención individual o comunitaria. Las actuaciones dirigidas a este colectivo aislado deberán ir encaminadas no solo en darles soporte social, sino empoderarlas de la manera que ellas devuelvan o sean el soporte haciéndoles participar en actividades que se promueva la ayuda mutua (Gené Badía et al., 2016).

De esta manera, y de acuerdo con Gené Badía et al. (2016), las experiencias que pueden resultar duras durante la vejez son:

- Síndrome del nido vacío
- Unas relaciones familiares pobres
- La muerte del cónyuge
- Salida del mercado laboral
- Falta de actividades placenteras
- Los prejuicios

Asimismo, Marta Rodríguez (2009) distingue tres crisis que están asociadas al envejecimiento:

- Crisis de identidad
- Crisis de autonomía
- Crisis de pertenencia

Mediante las historias sociales de las personas mayores el trabajador social podría recoger la información relacionada con las redes de apoyo y los lazos sociales existentes, la calidad de los vínculos afectivos, e indagar en las experiencias que pueden resultar duras durante la vejez para poder identificar la población de personas mayores que estén en riesgo de padecer una soledad sentida o un aislamiento social no voluntario.

5.7.1. INVESTIGACIONES PIONERAS

En Gran Bretaña, la soledad ya es vista como un problema público, serio y urgente. La investigación realizada por la Cruz Roja británica en Inglaterra manifiesta que la edad es un factor de riesgo para experimentar la soledad, sin embargo, no hay que olvidar que experimentar eventos de la vida que interrumpen las conexiones existentes de las personas son también un factor de riesgo importante que desemboca en la soledad. Esta ruptura de la identidad o de la rutina implica la adquisición de una nueva identidad y, por lo tanto, reconocer este riesgo cuanto antes es importante para intervenir de una manera temprana mediante la prevención (Co-Operatives UK, British Red Cross, 2016)

De acuerdo con la investigación, la soledad puede tener graves consecuencias e impactos negativos a nivel personal y comunitario. Puede causar o empeorar problemas personales existentes a nivel psicológico, social y comportamental, además de incurrir en problemas a nivel de la comunitario, que afectan en la pérdida de las relaciones sociales, la falta de confianza para salir del hogar, etc. Además, la soledad puede tener consecuencias en las personas aisladas presentándose como una menor satisfacción con la vida y una predisposición a sufrir problemas físicos y de salud mental.

Es por ello por lo que la investigación termina alentando a que se promueva la conciencia de apoyo para ayudar a las personas a reconectarse con la sociedad. Además, expone que los servicios y el apoyo prestado cara a cara son preferibles para quienes experimentan la soledad.

5.8. ESTRATEGIAS Y RECURSOS PARA SUPERAR LA SOLEDAD

Una vez definida la soledad y los conceptos que se diferencian y relacionan con ésta, se pretende dar una respuesta a la necesidad que se presenta en la realidad social en la que vivimos, sin pretender llamarla demanda que respondería a un estudio empírico en profundidad.

En primer lugar, se debe entender la soledad no solo como un problema que afecta a las personas mayores, siendo éste un colectivo en el que hace más incidencia. Lejos de ser algo que afecta a las personas en concreto, se debe entender como un problema que achaca cada vez más a nuestra sociedad. Partiendo de que es un fenómeno social, que pone en riesgo la vida de las personas, se debe hacer una labor de **detección y prevención** de esta.

Según De Ussel, citado por Rodríguez (2009, p. 161), la forma **de prevenir** o vencer la soledad en las personas mayores es mediante la **“realización de actividades contrarias a los pensamientos que generan la soledad”**. Básicamente esto se haría mediante actividades que favorezcan las **relaciones interpersonales y la creación de lazos sociales**.

Si bien es cierto que la actitud y predisposición de una persona es importante para realizar este tipo de actividades, también lo son las acciones que se lleven a cabo desde la sociedad para promover un envejecimiento activo (Agudo, Pascual y Fombona, 2012).

Se considera que, una de las formas a través de la cual se puede promover el **envejecimiento activo** es el uso de las Tecnologías de la Información y de la Comunicación (TIC).

5.8.1. LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS ENTRE LAS PERSONAS MAYORES. SALUD Y SEGURIDAD

La vejez se concibe como una etapa del desarrollo humano y por lo tanto es un proceso que abre caminos para experimentar lo que no se pudo hacer antes. En este periodo es importante crear un “entorno rico en estímulos que proporciona un estilo de vida saludable y que es fuente de satisfacción y de calidad de vida” (Agudo, Pascual y Fombona, 2012, p. 194).

De acuerdo con la Oficina Europea de Estadística (a partir de ahora Eurostat) (2016), la brecha digital hace referencia a las diferencias que hay entre grupos según su capacidad para utilizar las TIC de forma eficaz, debido a los distintos niveles de alfabetización, y problemas de accesibilidad a la tecnología. De este modo es necesario disminuir las diferencias entre estos grupos a través de la democratización del acceso a las TIC con el objetivo de permitir la inserción de todos los grupos de edad en la sociedad de la información y de las nuevas tecnologías. Es definida como la inclusión digital o *e-inclusion* (Abad, 2016).

Junco, Pereiro y Facal, citados por Agudo, Pascual y Fombona (2012), afirman que el uso de las TIC con las personas mayores ofrece un gran abanico de posibilidades de intervención debido a su versatilidad. Entre otras: dan seguridad a quienes las usan; ofrecen una amplia gama de estímulos visuales y auditivos, ayudan a crear nuevos lazos sociales, acercan la cultura y la educación a los usuarios, etc. Siempre y cuando se haga un uso responsable de las mismas.

En relación con el papel que pueden cumplir las nuevas tecnologías en la vida de las personas mayores, Pino y Soto (2015, p. 340) expresan que las tecnologías pueden garantizar un envejecimiento saludable por:

“ la posibilidad que ofrecen de interactuar y comunicarse con otros entornos o personas más o menos alejados del emisor, acceder a nuevas informaciones, aumentar su nivel de autoestima, ayudar a la superación del miedo a la soledad y al aislamiento de sus familiares, aumentar su autonomía personal y social y, fomentar las relaciones intergeneracionales”.

Ante todo, se expresa la importancia de mostrarse pacientes y comprensivos ante la enseñanza de las TIC, comprendiendo las características personales de los usuarios, para facilitar el desarrollo del aprendizaje de las competencias en esta materia (Huelves, 2009, citado por Agudo et al., 2012)

6. MARCO NORMATIVO

La Constitución Española, de 6 de diciembre de 1978, dispone en su artículo 50 que “los poderes públicos garantizarán la suficiencia económica a los ciudadanos durante la tercera edad. Asimismo, promoverán su bienestar mediante un sistema de servicios sociales que atenderán sus problemas específicos de salud, vivienda, cultura y ocio.”

La Ley 39/2006, de 14 de diciembre, de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situación de dependencia, encomienda a las Comunidades Autónomas la elaboración de planes de prevención que cumplan los criterios, recomendaciones y condiciones mínimas acordados por el Consejo Territorial de Servicios Sociales y del Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia.

La Comunidad de Aragón, de conformidad con lo dispuesto en el artículo 24.a de la Ley 5/2007 de 20 de abril, de Reforma del Estatuto de Autonomía, los poderes públicos aragoneses orientaran sus políticas a la mejora de la calidad de vida y el bienestar de todas las personas. Así mismo, el citado texto estatutario reconoce en su artículo 24.g “garantizar la protección de las personas mayores, para que desarrollen una vida digna, independiente y participativa.”

El Instituto Aragonés de Servicios Sociales (IASS) ofrece a las personas mayores de 65 años una cartera de servicios adaptada a las circunstancias y necesidades de cada persona. Lo hace a través de un Aula de Mayores y una red de Hogares de Mayores, concebidos como un espacio diverso facilitando la convivencia de las personas mayores válidas y personas en situación de dependencia moderada (IASS, 2018)

Resolución de 1 de julio de 2016, del Director Gerente del Instituto Aragonés de Servicios Sociales, por la que se convocan Programas de Actividades de Promoción de la Autonomía Personal y Prevención de la Dependencia, dirigidas a los socios de los Centros de mayores del IASS, encuadrado en las iniciativas Programa de Envejecimiento Activo y Programa CuidArte.

El Ayuntamiento de Zaragoza cuenta con los Centros Municipales de Convivencia para Mayores, dependientes de Servicios Sociales Comunitarios. Constituyen una red de equipamientos especializados destinados a facilitar a las personas mayores servicios y actividades. Estas sirven como espacios de encuentro para fomentar la participación activa del mayor en el ámbito municipal (Ayuntamiento de Zaragoza, 2018).

7. INVESTIAGACIÓN DIAGNÓSTICA

Como parte de la investigación diagnóstica, se realizaron entrevistas semiestructuradas a profesionales de diversos ámbitos sociales. Hay que recordar que las entrevistas se eligieron por conveniencia mediante la técnica del muestreo no probabilístico intencionado, por lo que pueden existir sesgos en los resultados. Lo mismo ocurre con el grupo de discusión realizado a las estudiantes. Se intentó que fueran estudiantes que cursaran diferentes grados universitarios y compuesto tanto por hombres como mujeres.

Se procede a hacer el análisis de investigación y el análisis de los principales resultados obtenidos, diferenciando entre las técnicas utilizadas para la recopilación de datos primarios (entrevistas y grupo de discusión), y las variables que se analizan que ayudarán a obtener los posteriores resultados de la investigación.

Los análisis de las entrevistas a profesionales y del grupo de discusión se pueden encontrar en el [Anexo 1](#) (p.52) y [Anexo 2](#) (p.56) respectivamente.

7.1. ANALISIS DE LOS PRINCIPALES RESULTADOS

Tras la investigación realizada se procede a exponer el análisis de los principales resultados obtenidos que apoyarán la confección del proyecto de intervención.

Ante los **programas dirigidos a personas mayores** en la ciudad de Zaragoza, si bien mejoran aspectos relacionales, **no son suficientes ni completos**, por mantener un sesgo importante entre edades comprendidas en la vejez como con respecto a la juventud.

Asimismo, en la entrevista grupal dirigida a jóvenes estudiantes, se ha visto la disponibilidad de estos y la actitud solidaria basada en las ganas de participar en acciones sociales que promuevan las **relaciones intergeneracionales**, para crear un movimiento que sirva de referencia para fomentar la solidaridad de la ciudadanía.

Asimismo, la **oferta existente de actividades** dirigidas al aprendizaje de las **nuevas tecnologías** no se considera **suficiente** para la promoción de la autonomía personal, en tanto que son inexistentes en estos programas o insuficientes por proporcionar niveles básicos sobre la informática.

Sin embargo, se plantea la importancia de acercar las nuevas tecnologías al colectivo de mayores en **tres sentidos**. El primero, se debe **romper con el prejuicio** creado de que la persona mayor no puede aprender o usar las formas en las que se nos presentan las nuevas tecnologías, pues no deja de ser el propio contenido de la imagen que se tiene acerca de ellos el que sirve como barrera que los invalida en este campo informático. El segundo, y no por ello menos importante, se refiere a que las **nuevas tecnologías** pueden utilizarse como **herramienta** para promover y fomentar las **relaciones intergeneracionales** entre jóvenes y mayores y reducir, al mismo tiempo, la brecha digital y social entre generaciones. Un tercer sentido es el que las nuevas tecnologías pueden ser un **mecanismo para romper con el aislamiento social a través del envejecimiento activo**. Estas proporcionan una oportunidad de relación con otras personas, además de acercar a los mayores nuevas formas de comunicación e información a través de la formación que estimula intelectualmente a los usuarios.

Esto es debido a que los **jóvenes** son considerados como el **colectivo más preparado** para transmitir el conocimiento de las **TIC** a otras personas por ser quienes incorporan estos avances tecnológicos en su forma de vida.

Se ve necesaria la creación **espacios de intercambio de experiencias** que se traduzcan en un **nuevo modelo de acción** para favorecer el desarrollo y el enriquecimiento personal de la mano de las nuevas tecnologías. Para ello, es necesaria una **red de voluntarios** estudiantes de la Universidad de Zaragoza, con inquietudes solidarias y con deseo de ayudar, para transmitir y compartir los conocimientos sobre las nuevas tecnologías.

Se cree oportuno dimensionar las opiniones aportadas por los profesionales entrevistados hacia los pequeños actos que pueden emprenderse a nivel individual dentro de las comunidades locales para mejorar la cohesión social y para prevenir y combatir la soledad.

Se diseña, de este modo, un **proyecto de intervención social**, en el que se intentará plasmar los principales resultados obtenidos en la investigación en el apartado siguiente, con el objetivo de **prevenir el aislamiento social y la soledad** utilizando las herramientas que proporcionan las **nuevas tecnologías** y creando un **espacio de relación intergeneracional**.

Tabla 6: Resumen de los principales resultados obtenidos.

Resultados principales obtenidos
El envejecimiento no es un nuevo fenómeno demográfico. Los profesionales perciben que la soledad sentida se manifiesta en las personas mayores. Como consecuencia, las personas se aíslan desvinculándose de sus relaciones y de su entorno social. La forma de prevenir o paliar la soledad es mediante la promoción del envejecimiento activo
El trabajo social se ve como una profesión fundamental a la hora de trabajar con las personas mayores.
El voluntariado es necesario para crear conciencia de solidaridad e importante como experiencia de vida y devolución de lo que la sociedad te ha aportado
Las TIC se consideran como una herramienta que puede acercarnos a las personas mayores. Por un lado, ofrecen la oportunidad a las personas mayores de aprender nuevos conocimientos que pueden ser incorporados en su forma de vida, promoviendo la autonomía personal y el aprendizaje continuado que impulsa el crecimiento personal. Por otro lado, brindan la oportunidad de crear nuevas relaciones interpersonales. Además, las nuevas tecnologías pueden servir para crear sistemas de comunicación en aquellos casos en los que dos personas vivan en dos lugares diferentes.

Fuente: Elaboración propia

8. DISEÑO DEL PROYECTO DE INTERVENCIÓN SOCIAL

En este apartado se va a desarrollar el proyecto de forma concreta para dar respuesta a las necesidades previamente percibidas y analizadas. El proyecto se centrará en los objetivos general, específicos y operativos, las actividades que darán respuesta estos objetivos y en la evaluación tanto continua y final para conocer los aspectos que pueden mejorarse del proyecto y para poder medir la consecución de los objetivos realizados.

REFERENCIAS Y DESCRIPCION

DESARROLLO TEMPORAL

Fecha de inicio	Octubre 2018
Fecha final	Abril 2019

AMBITO TERRITORIAL

Distritos: Universidad, Centro y Delicias

MARCO INSTITUCIONAL

El presente proyecto se enmarca en dentro de las facultades de la universidad de Zaragoza, en concreto en la Faculta de Ciencias Sociales y del Trabajo.

REQUISITOS PARA PARTICIPAR EN EL PROYECTO

PARTICIPANTES	VOLUNTARIOS
<ul style="list-style-type: none">- Ser mayor de 65 años- Valerse por sí mismo- No padecer enfermedades infectocontagiosas	<ul style="list-style-type: none">- Estar cursando algún título universitario de la Universidad de Zaragoza

DESCRIPCIÓN

Este proyecto pretende crear un espacio de educación no formal a partir de actividades que se realizaran en torno a las TIC.
Las actividades irán dirigidas a las personas mayores de 65 años y pretenden favorecer su autonomía personal y facilitar su integración social impulsando las relaciones y la solidaridad intergeneracional.

8.1. OBJETIVOS DEL PROYECTO

Tabla 6: Objetivos del proyecto

GENERAL	ESPECIFICOS	OPERATIVOS
<ul style="list-style-type: none"> - O.G.1. Prevenir las situaciones de soledad sentida y estimular capacidades cognitivas de las personas mayores a través del aprendizaje de las TIC, promoviendo la creación de nuevas relaciones sociales intergeneracionales 	<ul style="list-style-type: none"> - O.E.1. Impulsar la solidaridad intergeneracional entre los jóvenes estudiantes de la universidad 	<ul style="list-style-type: none"> - O.O.1. Modificar las actitudes de los jóvenes participantes ante las personas mayores de 65 años
	<ul style="list-style-type: none"> - O.E.2. Fomentar la transmisión e intercambio de experiencias a través de dinámicas entre personas mayores y jóvenes 	<ul style="list-style-type: none"> - O.O.2. Generar un espacio en la universidad de intercambio de experiencias entre personas mayores de 65 años y jóvenes estudiantes de la universidad
	<ul style="list-style-type: none"> - O.E.3. Prevenir la soledad y reducir la brecha digital de las personas mayores de 65 años a través de la promoción de la participación, autonomía y empoderamiento en las TIC mediante actividades informáticas 	<ul style="list-style-type: none"> - O.O.3. Realizar un curso de formación en las Tic para personas mayores de 65 años participantes mediante 4 actividades impartidas por jóvenes

Elaboración propia

8.2. FASES DE IMPLEMENTACIÓN

Este proyecto dirigido a aumentar las relaciones sociales intergeneracionales y a potenciar la autonomía personal a través de las TIC de personas mayores de 65 años que, principalmente viven solas, con el fin de prevenir la soledad, el número de personas por distrito que reúnen esas condiciones son:

Tabla 7: Número de personas destinatarias del proyecto

Distrito	Personas mayores de 65 años viviendo solas
Universidad	5287
Centro	8.367
Delicias	4.101
Total	17.755

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la Fundación Ebrópolis (2017)

Por otro lado, es evidente que la figura de un trabajador social es fundamental para la realización del presente proyecto, por lo que el trabajador social desarrolla diferentes tareas y está presente en todas las fases de la aplicación, a saber:

1. Difusión

1.1. Captación de voluntarios

Se harán mediante la utilización de las TIC que nos brindan herramientas tales como: páginas web, correo electrónico, etc., de las que podemos hacer uso para comunicarnos con la sociedad. De este modo, la captación de los voluntarios se hará mediante estas vías, pudiendo poner anuncios en el CIPAJ y tener acceso fácil a los correos de los estudiantes de la universidad, presentándoles al momento las actividades y las características del proyecto a realizar.

1.2. Difusión en los distritos

Para atraer al colectivo de las personas mayores, se realizarán carteles y folletos que se repartirán por los centros de convivencia para personas mayores.

Se pretende usar, también la técnica de la bola de nieve, utilizado para identificar a los sujetos de interés que son difíciles de encontrar y son buenos aspirantes para participar. Esta técnica funciona a partir de personas que conocen a otras y que pueden estar interesadas (Martínez-Salgado, 2011)

Para ello se contará con 2 voluntarios que se acercarán a los distritos a los que se pretende llegar e irán difundiendo la información sobre las actividades acompañada de un folleto.

2. Asamblea informativa a personas mayores y estudiantes

La finalidad de la asamblea es informar sobre el proyecto que se quiere realizar y captar a las personas, tanto jóvenes como mayores, que estén interesadas en participar en el mismo.

3. Entrevista a personas mayores: perfil

El trabajador social concertará una cita con las personas mayores que estén interesadas en participar en el proyecto con la finalidad de entablar relación con ellas. Entre las tareas que deberá realizar el trabajador social en esta fase se encuentran:

- Información y orientación
- Motivación
- Asesoramiento

Además, se realizará una entrevista planificada que tratará de obtener información sobre aquello que se necesita saber de la historia, situación actual y relaciones del usuario para concretar el perfil del usuario y llevar, posteriormente, a cabo las actividades (Universidad del País Vasco, 1987).

4. Recepción: Firma del acuerdo de compromiso por parte de los voluntarios

Igualmente, los estudiantes que quieran ser voluntarios en el proyecto deberán concertar una entrevista con el trabajador social. La entrevista que realizará el trabajador social será estandarizada y consistirá en realizar una serie de preguntas de forma estructurada. Será igual para todos los voluntarios, con el fin de obtener información relevante del voluntario (Universidad del País Vasco, 1987).

Además, los voluntarios deberán firmar un acuerdo de compromiso en el que se comprometan a asistir a todas las actividades previstas.

5. Formación de los voluntarios

Se realizará a través de la actividad 1 que impartirá el trabajador social.

6. Realización de las actividades

Tras la formación impartida a los voluntarios se procederá a hacer las parejas de jóvenes y personas mayores para posteriormente poder realizar las actividades expuestas en el apartado de actividades.

7. Evaluación

La importancia de la evaluación en el proyecto de intervención reside en detectar las dificultades que van surgiendo a lo largo del mismo para tratar de ponerles solución, así como para realizar una evaluación final que mida los resultados alcanzados en el proceso de aplicación de este.

Debido a la envergadura de la evaluación, se le dedicará un apartado completo en el punto 8.7.

8.3. CRONOGRAMA

Tabla 8: Cronograma primer semestre

PRIMER SEMESTRE																	
	SEPTIEMBRE				OCTUBRE					NOVIEMBRE				DICIEMBRE			
N.º de Semana	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4
A.1																	
A.2																	
A.3																	
A.4																	
A.5																	
A.6																	

Fuente: Elaboración propia

Tabla 9: Cronograma segundo semestre

SEGUNDO SEMESTRE																		
	FEBRERO				MARZO				ABRIL				MAYO					
N.º Semana	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	
A.1																		
A.2																		
A.3																		
A.4																		
A.5																		
A.6																		

Fuente: Elaboración propia

8.4. ACTIVIDADES

Las actividades que se plantean serán en relación con los objetivos específicos planteados.

Pretenden ser sencillas al mismo tiempo que funcionales. El propósito es que se cree una transferencia de tecnología entre los voluntarios estudiantes y las personas mayores, creando vínculos intergeneracionales y redes de relación que sirva para fomentar su inclusión en la sociedad.

Tabla 10: Actividad 1

Actividad 1	Voluntariado como experiencia de vida
Objetivo al que responden	O.E.1. Impulsar la solidaridad intergeneracional entre los jóvenes estudiantes de la universidad
Duración de la actividad	2 sesiones de 2 horas
Destinatarios	Estudiantes voluntarios de la Universidad de Zaragoza
Localización	Facultad de Ciencias Sociales y del Trabajo
Descripción/Organización	<p>Esta actividad se centrará en que los voluntarios comprendan de una manera más amplia el colectivo de personas mayores para poder ser sus guías en actividades posteriores.</p> <p>El objetivo de esta actividad será conocer el mundo de las personas mayores, así como las habilidades que deben tener a la hora de desarrollar su voluntariado.</p> <p>Los mayores son un colectivo que históricamente ha aportado mucho a la sociedad y que no está de más que ahora, en la edad adulta, se tenga especial cuidado con ellos.</p> <p>Estas son algunas normas básicas para tratar correctamente a las personas mayores:</p> <p>Hablarles con respeto: hacer uso del “usted” o por lo menos, preguntarles primero cómo prefieren que nos refiramos a ellos. El trato de usted, por sí mismo, implica respeto igual que el de “señor” o “señora”, son palabras de cortesía y nunca está de más utilizarlas con un anciano. Otras, como “por favor”, “perdón” o “gracias” también refuerzan el buen trato hacia alguien a quien tenemos respeto. Lo cierto, es que deberíamos utilizarlas con cualquiera, pero en el caso de los mayores, no deberíamos dudarlos.</p> <p>Ayudarles en lo que podamos: los mayores llevan toda la vida ayudando a los demás y ya es hora de que se les mime como corresponde. No solo hay que hacer buenas acciones con las personas que conocemos, sino también con gente con la que nos vamos cruzando en la vida. Ofrecer a un anciano el asiento antes de sentarnos nosotros, abrirles la puerta para que pasen sin</p>

	<p>dificultad, resolverle una duda, etc. son acciones que no nos suponen un gran esfuerzo y, sin embargo, son gestos maravillosos que pueden alegrarle el día.</p> <p>Tener mucha paciencia: ser mayor no es ser tonto ni mucho menos, pero hay ciertas actividades que cuestan más según con qué edad. Los mayores suelen tener dificultad a la hora de caminar rápido, de ser ágiles con determinadas cosas o con la tecnología ¡y es normal! Los años también hacen que bajemos un poco el ritmo y en lo que se refiere a lo tecnológico hay que tener en cuenta que los niños de ahora no es que sean más listos, sino que nacen con un Smartphone o una Tablet debajo del brazo, mientras de los adultos mayores tienen que adaptarse poco a poco a ellas.</p> <p>Dejarles que se sientan útiles: ser mayor no es sinónimo de inutilidad, todo lo contrario. En los momentos difíciles es cuando los mayores dan más el callo y si no, sólo hay que ver quiénes han sido el sustento de los hogares con la crisis. Los jubilados han apoyado a las familias en el cuidado de los más pequeños, han dado parte de sus pensiones si no entera para que a los suyos no les faltase de nada, cocinan, conducen, viajan, van a museos, cines y teatros... y, en definitiva, son capaces de casi todo lo que se propongan.</p> <p>Fomentar su aprendizaje: nunca dejamos de aprender y nunca es demasiado tarde para aprender algo, da igual la edad que tengamos, lo importante es el interés que pongamos y las ganas por descubrir cosas nuevas.</p> <p>Evitar el aislamiento: Lo importante es estar en contacto con los demás, hablar con la gente, tener un día a día en el que comunicarse con otros, querer y ser querido.</p>
<p>Organización de los voluntarios</p>	<p>La actividad será realizada por la trabajadora social</p>

Fuente: Elaboración propia

Tabla 11: Actividad 2

Actividad 2	Tejiendo nuevas redes
Objetivos a los que responden	O.E.2. Fomentar la transmisión e intercambio de experiencias a través de dinámicas entre personas mayores y jóvenes
Duración de la actividad	2 sesiones de 2 horas
Destinatarios	<ul style="list-style-type: none"> - Personas mayores que viven solas o con otra persona mayor de 65 años en los distritos Universidad, Centro o Delicias - Estudiantes voluntarios de la Universidad de Zaragoza.
Localización	Facultad de Ciencias Sociales y del Trabajo
Descripción/Organización	<p>Esta actividad tiene el objetivo de acercar a las personas mayores y los voluntarios, creando una atmósfera de participación y colaboración entre todos ellos.</p> <p>Para ello se pedirá que las personas se dispongan en un círculo, de tal manera que todos puedan verse las caras.</p> <p>Se utilizarán las siguientes dinámicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - La telaraña: se requiere un ovillo de lana. La primera persona dice su nombre y su edad, y como propuesta dice que le gusta hacer en su tiempo libre. A continuación, el primero tira el ovillo a otro integrante del círculo, de manera que todos tienen que haber cogido el ovillo una vez formando una telaraña. - Buscando a mi complementario: consiste en realizar tarjetas con dos nombres de personajes reconocidos. De esta manera, se reparte una tarjeta por participante, de modo que las tarjetas quedan divididas. Cada participante deberá localizar a la persona que tiene la tarjeta que le complementa mediante preguntas. Al final de la actividad, las parejas explicarán quienes son los personajes de sus tarjetas. Esta dinámica fomentará el intercambio de conocimientos y experiencias vividas. Al tratarse de personas mayores y estudiantes habrá un intercambio enriquecedor por ambas partes por haber vivido en distintas épocas de la vida. - La dinámica de Philips 6/6: se trata de dividir al grupo grande en pequeños grupos de 6 personas para tratar sobre el tema propuesto en 6 minutos. Posteriormente se pone en común la discusión que ha habido en los pequeños grupos y las conclusiones a las que cada pequeño grupo ha llegado. <p>Se tratarán dos temas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diferencias entre la vida rural y la vida en la ciudad. Ventajas e inconvenientes. - Cambio y evolución de la sociedad del siglo XX al siglo XXI

	<p>-Dinámica del Role-Playing o cambio de roles: Esta dinámica se utiliza para facilitar la comprensión de temas relacionados con la teoría. Ayuda a pensar y a resolver creativamente a través de la estimulación y la motivación de los participantes. El objetivo de esta actividad es trabajar la empatía entre todos los participantes</p> <p>El desarrollo de esta actividad se plantea a través del intercambio de roles entre las personas mayores y los voluntarios.</p> <p>Se plantea la temática a abordar:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conchi de 76 años es abuela de Maite y Ander (18 y 21 años respectivamente). Conchi quedo viuda hace dos años, y desde entonces no ha vuelto a ser la misma. Siempre ha tenido un amor especial hacia sus nietos, pero ellos no son demasiado cercanos con ella. Cuando la van a visitar suelen estar hablando por el WhatsApp, haciéndose <i>selfies</i> o comentando lo que pone en el Twitter. A pesar de que Conchi sienta poca atención por parte de sus nietos, verlos con el móvil le provoca cierta curiosidad. <p>Además, Conchi sabe que tener móvil le vendría bien para poder estar en contacto con personas que hace tiempo con las que no habla, estar más al día con las noticias, etc. Pues su marido era quien compraba el periódico todos los días de la semana, y cuando llegaba, lo leía en alto para Conchi.</p> <p>Conchi es una gran estratega, y por eso sabe que el querer aprender a usar el móvil puede acercarlos mucho a sus nietos y, así, pasar tiempo de calidad con ellos.</p> <p>Propuesta: se propone que dos personas mayores tomen el rol de Ander y Maite, y un voluntario asuma el papel de Conchi.</p> <p>Para realizar esta dinámica hay que tener en cuenta una serie de preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Conchi: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo me puedo acerca a mis nietos? • ¿Qué les voy a decir para llamar su atención? ▪ Ander y Maite: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Por qué la abuela nos pregunta ahora sobre las tecnologías? • ¿Cuál es el fin que persigue? • ¿Estoy dispuesto a enseñarle?
<p>Organización de los voluntarios</p>	<p>Trabajador/a social</p>

Fuente: Elaboración propia

Tabla 12: Actividad 3

Actividad 3	Primeros pasos
Objetivo al que responden	O.E.3. Prevenir la soledad y reducir la brecha digital de las personas mayores de 65 años a través de la promoción de la participación, autonomía y empoderamiento en las TIC mediante actividades informáticas
Duración de la actividad	2 sesiones de 2 horas (dos dinámicas por sesión)
Destinatarios	Personas mayores que viven solas o con otra persona mayor de 65 años en los distritos Universidad, Centro o Delicias.
Localización	Facultad de Ciencias Sociales y del Trabajo
Descripción/Organización	<p>Esta actividad introductoria al mundo de las TIC va dirigida a adquirir nuevas habilidades básicas en la informática para poder realizar las posteriores actividades que se plantean.</p> <p>En primero lugar se les preguntara por sus conocimientos y habilidades con los ordenadores, móviles o tablets. De esta manera, la persona voluntaria deberá centrarse en conocer cuáles son las habilidades que la persona mayor conoce y enseñarle las que desconoce.</p> <p>Estas habilidades básicas, tanto para <i>smartphones</i> como para ordenadores son:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Encender y apagar el dispositivo - Acceder a una red WIFI - Crear una cuenta de correo - Acceder al buscador de internet - Acceder a YouTube - Enviar un WhatsApp - Instalar y desinstalar una App en el dispositivo móvil a través de Play Store - Descolgar llamadas desde el dispositivo móvil - Acceder a un documento Word
Organización de los voluntarios	Las actividades serán guiadas por cada voluntario asignado a cada persona mayor en el tiempo de un semestre que duran las actividades

Fuente: Elaboración propia

Tabla 13: Actividad 4

Actividad 4	Aprendizaje visual
Objetivo al que responden	O.E.3. Prevenir la soledad y reducir la brecha digital de las personas mayores de 65 años a través de la promoción de la participación, autonomía y empoderamiento en las TIC mediante actividades informáticas
Duración de la actividad	2 sesiones de 2 horas
Destinatarios	Personas mayores que viven solas o con otra persona mayor de 65 años en los distritos Universidad, Centro o Delicias.
Localización	Facultad de Ciencias Sociales y del Trabajo
Descripción/Organización	<p>Comenzará con una breve explicación de lo que es el YouTube.</p> <p>“YouTube es un portal del Internet que permite a sus usuarios subir y visualizar videos. Fue creado en febrero de 2005 por Chad Hurley, Steve Chen y Jawed Karim, quienes se conocieron trabajando en PayPal. Un año más tarde, YouTube fue adquirido por Google en 1.650 millones de dólares.”</p> <p>Atendiendo a los intereses que cada persona tenga, se pretende enseñar a buscar las múltiples formas en las que nos podemos divertir a través de esta plataforma:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conciertos de música - Introducción y aprendizaje a través de video tutoriales: aquellos tutoriales de forma gráfica que explican los pasos en un orden lógico a través de un video grabado previamente: manualidades, bricolaje, historia, deporte, cocina, salud, confección, etc.
Organización de los voluntarios	Las actividades serán guiadas por cada voluntario asignado a cada persona mayor en el tiempo de un trimestre

Fuente: Elaboración propia

Tabla 14: Actividad 5

Actividad 5	Comercio electrónico
Objetivo al que responden	O.E.3. Prevenir la soledad y reducir la brecha digital de las personas mayores de 65 años a través de la promoción de la participación, autonomía y empoderamiento en las TIC mediante actividades informáticas
Duración de la actividad	2 sesiones de 2 horas
Destinatarios	Personas mayores que viven solas o con otra persona mayor de 65 años en los distritos Universidad, Centro o Delicias.
Localización	Facultad de Ciencias Sociales y del Trabajo
Descripción/Organización	<p>En esta actividad se enseñará a las personas mayores a realizar la compra vía online.</p> <p>La compra online está a la orden del día. Un dato que destacar es la comodidad de no tener que cargar con las bolsas hasta casa, lo que supone un gran reto para muchas de las personas mayores en su día a día.</p> <p>En el comienzo de la actividad se preguntará por el supermercado de confianza donde suelen hacer la compra.</p> <p>Un segundo paso será enseñar cómo acceder a la página donde ese supermercado dispone del servicio de compra online.</p> <p>Los pasos a seguir para poder comprar en la web son sencillos, a saber:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Registro en la web - Escoger los productos que se quieren comprar - Guardar los productos en “Mis Listas” para que las posteriores compras sean más fáciles - Pagar de forma segura <p>También se enseñarán pequeños trucos como: comprar antes de las 12 de medio día para tener la compra en el mismo día y elegir la hora en el que se desea la entrega.</p>
	Las actividades serán guiadas por cada voluntario asignado a cada persona mayor en el tiempo de un trimestre

Fuente: Elaboración propia

Tabla 15: Actividad 6

Actividad 6	No pierdas el contacto
Objetivo al que responden	O.E.3. Prevenir la soledad y reducir la brecha digital de las personas mayores de 65 años a través de la promoción de la participación, autonomía y empoderamiento en las TIC mediante actividades informáticas
Duración de la actividad	2 sesiones de 2 horas
Destinatarios	Personas mayores que viven solas o con otra persona mayor de 65 años en los distritos Universidad, Centro o Delicias.
Localización	Facultad de Ciencias Sociales y del Trabajo
Descripción/Organización	<p>La actividad está pensada para que las personas participantes puedan conocer sistemas de comunicación que proporcionan las nuevas tecnologías, como la videollamada para que puedan mantener un contacto simbólico con las personas aún en la distancia.</p> <p>Las vías por las que se pueden realizar videollamadas a través de las nuevas tecnologías son muy variadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - WhatsApp - Skype - Facebook Messenger - FaceTime - Viber - Line <p>De esta manera, a elección del aprendiz, se enseñará a instalar la App que más cómodo les resulte.</p> <p>Mediante esta actividad se pretende que las personas mayores puedan estar en contacto con aquellas personas de su entorno que por algún motivo ya no viven en la misma ciudad. Un ejemplo muy claro es la salida de un/a nieto/a al extranjero, que no permite tener contacto físico con sus abuelos, pero si visual a través de estas aplicaciones que brindan las TIC.</p>
Organización de los voluntarios	Las actividades serán guiadas por cada voluntario asignado a cada persona mayor en el tiempo de un trimestre

Fuente: Elaboración propia

8.5. RECURSOS

Los recursos necesarios para la realización de este proyecto se presentan en las siguientes tablas. Para la clasificación de estos se han dividido en función de su procedencia: por un lado, los proporcionados por la Facultad de Ciencias Sociales y del Trabajo y por otro los adquiridos por el equipo técnico.

Tabla 16. Recursos proporcionados por la Facultad de Ciencias Sociales y del Trabajo

RECURSOS PROPORCIONADOS POR LA FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y DEL TRABAJO	
Recursos Materiales	Folios Bolígrafos Pizarra Rotuladores para pizarra
Recursos Técnicos	Ordenadores Proyector
Recursos Estructurales	Aula de informática

Fuente: Elaboración propia

Tabla 17. Recursos adquiridos por el Equipo Técnico

RECURSOS DEL EQUIPO TÉCNICO	
Recursos Personales	1 Trabajador Social Voluntarios
Recursos Materiales	Plantillas (en folios) a utilizar en las aulas: 1. Esquema de todas las actividades 2. Cuestionarios de evaluación
Recursos Técnicos	USB
Recursos Económicos	Subvención del Ayuntamiento de Zaragoza Subvención de la Obra social la Caixa

Fuente: Elaboración propia

8.6. PRESUPUESTO

Para calcular el coste de este proyecto solamente ha de tenerse en cuenta el coste monetario de los recursos personales, materiales y técnicos necesarios para el equipo de profesionales.

El coste aproximado de los mismos es el siguiente:

Tabla 18. Coste económico de los recursos

RECURSOS NECESARIOS	PRECIO-GASTOS
1 Trabajador Social	48 horas/año a 60€/hora Total: 2.400€
Material de oficina Plantillas (en folios) a utilizar en las aulas: 1. Esquema de todas las actividades 2. Cuestionarios de Evaluación Papelería 1. Folios 2. Bolígrafos 3. Rotuladores de pizarra	Plantillas (precio fotocopia 0,04€): 1. Esquema: 20 folios 2. Cuestionarios evaluación: 3x 60folios Total: 8€ Papelería 1. Folios 4.50€ 2. Bolígrafos 5€ 3. Rotuladores (12 unids/caja). 5.42€ Total: 15€
USB (de 16GB)	12€ Total:12€
TOTAL	2.427€
TOTAL + IMPREVISTOS (5%)	2.548,35€

Fuente: Elaboración propia

FINANCIACIÓN

Por un lado, se prevé que la financiación se consiga mediante la adjudicación de una subvención de la Convocatoria Pública de Subvenciones en Materia de Acción Social, Ejercicio de 2018, en régimen de concurrencia competitiva, del Ayuntamiento de Zaragoza.

En dicha convocatoria quedan recogidas los ámbitos o líneas específicas subvencionables, dentro de las cuales se encuentra la línea temática 0.43 Prevención e Inclusión de Mayores, dentro del ámbito 0.40 Prevención e Inclusión, línea temática dentro de la cual se incluiría el presente proyecto.

La cuantía mínima otorgable es de 600€, a no ser que el presente proyecto sea considerado de carácter puntual por la administración, y que no llegue a dicha cantidad monetaria pero que se considere de interés e importancia para ser subvencionado. La cuantía máxima, al no haber concurrido a la convocatoria de 2016 y 2017, será de 30.000€ (Ayuntamiento de Zaragoza, 2018). Es por tanto que los **ingresos** del proyecto variarán entre 600€ y 30.000€ dependiendo de la cuantía que se conceda desde el Ayuntamiento de Zaragoza.

El proyecto se ha realizado adecuándolo lo máximo posible a los recursos existentes de la Universidad de Zaragoza, para reducir el coste de este y aumentar la viabilidad de implementación.

Por otro lado, el proyecto se presentará a la convocatoria de *Programa de Ayudas a Proyectos de Iniciativas Sociales* de la Obra Social "la Caixa", que reconoce el ámbito de las personas mayores como una de sus líneas de actuación para poder optar a la financiación. Más específicamente el presente proyecto se enmarca en el punto 1. Promoción de la autonomía personal y prevención de la fragilidad (física, cognitiva, emocional y social), la dependencia, y en el punto 3. Prevención y respuesta ante el aislamiento social y la soledad no deseada en personas mayores de manera que fomente su empoderamiento.

La financiación constará del 75% del coste del proyecto, siendo la cuantía máxima, al ser un proyecto presentado por una sola entidad, hasta 40.000€.

8.7. EVALUACIÓN

8.7.1. EVALUACIÓN GENERAL Y ESPECÍFICA

La evaluación del Proyecto de intervención se diseñará para ofrecer una información trimestral tras terminar los cursos de actividades ofertadas, permitiendo una actuación flexible capaz de ajustarse a los cambios sociales, así como obtener una retroalimentación dirigida a la propia intervención de planificación, con la finalidad última de procurar la mejora continua del mismo.

Por ello, el sistema y las herramientas de evaluación que se diseñen tendrán que responder a los objetivos específicos. Será preciso establecer, además, la periodicidad, los instrumentos e indicadores.

Con **carácter general**, la evaluación atenderá a los siguientes aspectos:

- El grado de consecución de los objetivos operativos.
- Funcionamiento de los mecanismos de coordinación por parte de la Trabajadora Social.
- Valoración de las propias personas mayores.
- Apreciaciones de los voluntarios: calidad de las actividades, producción de documentación, el intercambio de las experiencias, actuaciones que favorezcan la mejora del conocimiento y la capacitación de los mayores.
- Implantación del proyecto, tanto en la dimensión cuantitativa, referida a su desarrollo en el mayor número personas participantes con respecto a los distritos definidos como población destinataria, como a su perspectiva cualitativa, referida a la variedad de actividades ofertadas y medidas que favorezcan el acceso y eficacia de estas.
- Impacto del proyecto en la calidad de vida de las personas mayores, concretando en su autonomía personal.
- Gestión económica.

Con **carácter específico** los objetivos específicos y los operativos serán evaluados mediante una serie de indicadores que se representan en las siguientes tablas:

Tabla 19: Indicadores de evaluación y fuentes de verificación (O.E.1)

Titulo	Descripción	Indicador	Fuente de Verificación
O.E.1.	Impulsar la solidaridad intergeneracional entre los jóvenes estudiantes de la universidad.	Que al menos 30 participen estudiantes	Informe trabajador social
Objetivo Operativo 1	Modificar las actitudes de los jóvenes participantes ante las personas mayores de 65 años	Al menos el 75% de los jóvenes participantes considere que las relaciones intergeneracionales son beneficiosas	Encuesta de percepción de las relaciones intergeneracionales

Fuente: Elaboración propia

Tabla 20: Indicadores de evaluación y fuentes de verificación (O.E.2)

Titulo	Descripción	Indicador	Fuente de Verificación
O.E.2.	Fomentar la transmisión e intercambio de experiencias a través de dinámicas entre personas mayores y jóvenes	Que el cuestionario sobre la satisfacción de las dinámicas alcance una puntuación de al menos 30 sobre 40.	Cuestionario de satisfacción sobre las dinámicas realizadas
Objetivo Operativo 2	Generar un espacio en la universidad de intercambio de experiencias entre personas mayores de 65 años y jóvenes estudiantes de la universidad	Que en cada sesión participe al menos 15 jóvenes y 15 personas mayores	Informe trabajador social

Fuente: Elaboración propia

Tabla 21: Indicadores de evaluación y fuentes de verificación (O.E.3)

Titulo	Descripción	Indicador	Fuente de Verificación
O.E.3.	Reducir la brecha digital de las personas mayores de 65 años a través de la promoción de la participación, autonomía y empoderamiento en las TIC mediante actividades informáticas	Que aumente en 10 puntos el resultado del cuestionario (pre-post)	Cuestionario sobre conocimientos de las TIC
Objetivo Operativo 3	Realizar un curso de formación en las Tic para personas mayores de 65 años participantes mediante 4 actividades impartidas por jóvenes	Que al menos participen 30 personas en las actividades	Informes del trabajador social

Fuente: Elaboración propia

8.7.2. SEGUIMIENTO: COORDINACIÓN DEL PROYECTO Y PRIMER ENCUENTRO ENTRE LA PERSONA MAYOR PARTICIPANTE Y EL ESTUDIANTE VOLUNTARIO

Las TIC permiten y facilitan la gestión del voluntariado mediante el desarrollo de diferentes aplicaciones que faciliten su gestión (Fundación la Caixa, 2009).

Para el proyecto que se realiza, se contará con la una base de datos de los participantes *on line* que da la posibilidad de acceder y actualizar la información de una manera descentralizada. Las variables por las que se preguntará serán valoradas desde un 1: poco satisfecho, hasta 5: muy satisfecho. Las variables que los voluntarios deben tener en cuenta para rellenar la tabla son:

- Interés por la actividad propuesta
- Aprendizaje
- Participación

La base de datos de cada participante del proyecto será la siguiente:

Tabla 22: Base de datos por participante. Seguimiento.

	Variables	1	2	3	4	5
Actividad 1	Interés					
	Aprendizaje					
	Participación					
Actividad 2	Interés					
	Aprendizaje					
	Participación					
Actividad 3	Interés					
	Aprendizaje					
	Participación					
Actividad 4	Interés					
	Aprendizaje					
	Participación					
Actividad 5	Interés					
	Aprendizaje					
	Participación					

Fuente: Elaboración propia

Además, se incluirá un apartado de observaciones debajo de la tabla, para que cada voluntario pueda expresar libremente su valoración sobre el proyecto.

9. CONCLUSIONES

Como se ha visto a lo largo del trabajo las personas mayores son un colectivo diverso, no solo en lo referente en la demografía de la población sino también son un grupo heterogéneo en lo que a lo social y a lo cultural se refiere. Los datos indican a que el colectivo de personas mayores será cada vez más amplio y, por lo tanto, las diferencias en sus necesidades serán mayores. Es por ello por lo que todo indica a que los casos de soledad serán, cada vez, más numerosos.

Se debe destacar la importancia de la investigación en trabajo social con el propósito de ampliar los conocimientos de la realidad social. La investigación permite diagnosticar problemas, identificar necesidades y, por último, pero no por ello menos importante, brinda la oportunidad de intervenir en el campo de lo social. Tal y como apunta Barbero (2006, p. 48-49), las investigaciones de Trabajo Social “conectan con la perspectiva operativa”, refiriéndose a que el conocimiento generado por la investigación está dirigida a la intervención. Es por tanto que el presente trabajo tiene la intención de utilizar el trabajo social como herramienta de cambio social.

Considero que todavía estamos lejos de llegar a la población más vulnerable como es el colectivo de personas mayores que viven en soledad. Por ello, en el proyecto realizado se ha pretendido dar un enfoque preventivo desde el trabajo social, y usando las nuevas tecnologías como herramienta, con el fin de actuar sobre las causas de la soledad y el aislamiento social identificadas como la falta de relaciones humanas y de redes de apoyo que generan problemáticas individuales y colectivas.

Además, se sabe que la respuesta que se ha dado a través del proyecto se ve limitada por dos aspectos; uno es la investigación realizada por muestreo no probabilístico donde el rigor de las personas seleccionadas, para la realización de esta, se puede ver alterado. Otro es la falta de recursos y tiempo para poder realizar una investigación de mayor envergadura que ayudaría a definir con mayor precisión la posterior intervención. Es por ello, que se anima a que se realicen más investigaciones y consecuentes proyectos de intervención dedicados a la soledad en las personas mayores, para poder dar respuestas plurales a necesidades diversas.

Este proyecto de intervención social no pretende dar una respuesta única al problema de la soledad y el aislamiento de las personas mayores. Sin embargo, se considera que es una vía de prevención a estos problemas que da respuesta a las necesidades detectadas por los profesionales y estudiantes entrevistados.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abad, L. (2016). La educación inclusiva en la sociología. Revista de Investigación Social: N° 16. Activo a 29/05/2018. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5601555.pdf>
- Agudo, S., Pascual, M^a. A. y Fombona, J. (2012) Usos de las herramientas digitales entre las personas mayores. Oviedo. España
- Ander-Egg, E. (1988). Metodología del Trabajo Social. Buenos Aires: El Ateneo.
- Ander-Egg, E. (1982). Técnicas de investigación social. Buenos Aires: Humanitas
- Ayuntamiento de Zaragoza. (2018). Ordenanza de los Centros Municipales de Convivencia para personas mayores. Activo a 1/06/2018. Recuperado en: https://www.zaragoza.es/ciudadania/gobierno-abierto/espacios/enlace/normativa/detalle_Normativa?id=942
- Ayuntamiento de Zaragoza. (2018). Subvenciones en materia de Acción Social: Bases 2018. Activo a 20/05/2018. Recuperado en: <http://www.zaragoza.es/contenidos/ayudasysubvenciones/Subv-Accion-Social18-Bases.pdf>
- Barbero, M. (2006). La autogestión del Trabajo Social y la perspectiva del investigador. Cuadernos de Trabajo Social, 19, pp. 43-54. Activo a 26/05/2018. Recuperado en: <http://revistas.ucm.es/index.php/CUTS/article/viewFile/CUTS0606110043A/7561>
- Bazo, M^a T. (1988). Personas ancianas: Salud y soledad. Reis N.º 47, pp.193-223. Activo a 21/03/2018. Recuperado en: http://www.reis.cis.es/REIS/PDF/REIS_047_08.pdf
- Bermejo, J. C. (2005). La Soledad en los mayores. IMSERSO. Madrid: Humanizar.
- Bisquerra. R. (coord.) (2004). Metodología de la investigación educativa. Madrid: La Muralla S.A.
- Bódalo Lozano, E. (2003). Aproximación sociológica a las necesidades y consumo de los mayores. Reis N.º 103, pp. 83-111.
- Breilh, J. (2013). La determinación social de la salud como herramienta de transformación hacia una nueva salud pública (salud colectiva). Activo a 20/05/2018. Recuperado en: <http://www.scielo.org.co/pdf/rfnsp/v31s1/v31s1a02.pdf>
- Organización Municipal, Eficiencia Administrativa y Relaciones con los Ciudadanos (2018). Cifras de Zaragoza: Datos demográficos del padrón municipal: datos provisionales a 1-1-2018. Ayuntamiento de Zaragoza. Activo a 21/03/18. Recuperado en: <http://zaragoza.es/ciudad/observatorio>
- CIS-IMSERSO. (1998). La soledad de las personas mayores. Estudio n.º 2279.
- Constitución Española. Boletín Oficial del Estado núm. 311, 29 de diciembre de 1978, pp. 29315 a 29424.
- Co-Operatives UK- British Red Cross. (2016). Trapped in a bubble: an investigation into triggers for loneliness in the UK. Activo a 20/04/2018. Recuperado en: <https://www.scie.org.uk/prevention/research-practice/getdetailedresultbyid?id=a11G000000MI2WbIAL>

- Corbetta. P. (2007). Metodologías y técnicas de investigación social. España
- Díaz Casanova, M. (1988). Envejecimiento de la población y conflicto entre generaciones. *Reis* N.º 52, pp. 85-113. Activo a 15/03/2018. Recuperado en: http://www.reis.cis.es/REIS/PDF/REIS_045_06.pdf
- Díez, J. y Morenos, M. (2015). La soledad en España. Fundación AXA y Fundación ONCE. Activo a 10/03/2018. Recuperado en: https://www.fundaciononce.es/sites/default/files/soledad_en_espana.pdf
- Eurostat. (2016). Statistics explained: Digital divide. Activo a 10/05/2018. Recuperado en: http://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Glossary:Digital_divide
- Eurostat. (2016). Statistics explained: E-inclusion. Activo a 20/05/2018. Recuperado en: <http://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Glossary:E-inclusion>
- Equipo técnico de la escuela universitaria de trabajo social. (1987). Escuela universitaria de trabajo social. País Vasco: San Sebastián.
- Fundación Ebrópolis (2017). Informes de indicadores por distritos y barrios. Activo a 8/05/2018. Recuperado en: <http://www.ebropolis.es/web/arbol/interior.asp?idArbol=225&idNodo=260>
- Gené-Badia, J., Ruiz-Sánchez, M., Obiols-Masó, N., Oliveras Puig, L., Lagarda Jiménez, E. (2016). Aislamiento social y soledad: ¿Qué podemos hacer los equipos de atención primaria?. Elsevier. Activo a 18/04/2018. Recuperado en: file:///S0212656716301809_S300_es.pdf
- IMERSO. (2016). Las personas mayores en España: Datos Estadísticos Estatales y por Comunidades Autónomas. Activo a 07/05/2018. Recuperado en: http://www.imerso.es/InterPresent1/groups/imerso/documents/binario/112017001_informe-2016-persona.pdf
- Instituto Aragonés de Servicios Sociales. (2018). Mayores: Información general. Activo a 10/05/2018. Recuperado en: http://www.aragon.es/DepartamentosOrganismosPublicos/OOAA/IASS/Inicio/AreasActividad/Mayores/ci.mayores_seccion_00_informacion_general.detalleInaem
- Instituto Aragonés de Estadística, Demografía y Población (2017). Cifras oficiales de población. Padrón a 01-01-2017. Gobierno de Aragón. Activo a 12/05/2018. Recuperado de: http://www.aragon.es/DepartamentosOrganismosPublicos/Institutos/InstitutoAragoneseEstadistica/Ar_easTematicas/02_Demografia_Y_Poblacion/01_CifrasPoblacion_Y_Censos/01_Padron/ci.01_Cifras_oficiales_poblacion.detalleDepartamento
- Instituto Nacional de Estadística (INE). (2017). Encuesta de Continua de Hogares. Activo a 20/02/2018. Recuperado de: http://www.ine.es/prensa/ech_2017.pdf
- Instituto Nacional de Estadística (INE). (2017). Movimiento Natural de la Población (Nacimientos, Defunciones y Matrimonios). Activo a 23/02/2018. Recuperado en: http://www.ine.es/dyngs/INEbase/es/operacion.htm?c=Estadistica_C&cid=1254736177003&menu=ultiDatos&idp=1254735573002
- Ley Orgánica 5/2007, de 20 de abril, de reforma del Estatuto de Autonomía de Aragón. Boletín Oficial de Aragón núm. 47, de 23 de abril de 2007, pp.6258 a 6278.

- Ley 39/2006, de 14 de diciembre, de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situación de dependencia (BOE 16 de diciembre de 2006).
- Llopis Goig, R. (2004). El grupo de discusión: manual de aplicación a la investigación social, comercial y comunicativa. Valencia: Editorial ESIC.
- Martínez-Salgado, C. (2011). El muestreo en investigación cualitativa. Principios Básicos y algunas controversias. México. Activo a 20/05/2018. Recuperado en: <http://www.scielo.br/pdf/csc/v17n3/v17n3a06.pdf>
- Ministerio de sanidad, servicios sociales e igualdad. (2017) Estrategia Nacional de Personas Mayores para un Envejecimiento Activo y para su Buen Trato 2018-2021. Activo a 21/03/2018. Recuperado en: <https://www.fundadeps.org/recursos/documentos/844/02EFE9D3.pdf>
- Obra social: Fundación “la Caixa”. (2009). Manual de gestión del voluntariado. Barcelona
- Ochoa, C. (2015). Muestreo no probabilístico: muestreo por conveniencia. Activo a 20/05/2018. Recuperado en: <https://www.netquest.com/blog/es/blog/es/muestreo-por-conveniencia>
- Organización Mundial de la Salud (OMS) (2015). Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud. Ginebra. Activo a 15/05/2018. Recuperado de: http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186471/WHO_FWC_ALC_15.01_spa.pdf?sequence=1
- Transmisibles, G. O. D. E. N., & Mental, S. (2002). Envejecimiento activo: un marco político. Rev Esp Geriatr Gerontol, 37(S2), 74-105. Activo a 13/04/2018. Recuperado en: <http://www.imsero.es/InterPresent2/groups/imsero/documents/binario/docintenjejecimiento.pdf>
- Pino, M. y Soto, J. (2015). Las personas mayores y las TIC. Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria, pp. 337-359. Activo a 20/05/2018. Recuperado en: http://www.upo.es/revistas/index.php/pedagogia_social/
- Resolución de 1 de julio de 2016, del Director Gerente del Instituto Aragonés de Servicios Sociales, por la que se convocan Programas de Actividades de Promoción de la Autonomía Personal y Prevención de la Dependencia. Activo a 02/05/2018. Recuperado en: http://www.aragon.es/estaticos/GobiernoAragon/Organismos/InstitutoAragonesServiciosSociales/IAS_S_new/Documentos/mayores/MAYORES-2016-17-HOGARES-convocatoria-envejec-cuidarte.pdf
- Rodríguez Martín. M. (2009). La soledad en el anciano. Comunicaciones: Rincón científico. Vol. 20, n.4, pp.159-166. ISSN 1134-928X. Activo a 10/02/2018. Recuperado en: <http://scielo.isciii.es/pdf/geroko/v20n4/comunicacion2.pdf>
- Rubio, R. (2004). “La soledad en las personas mayores españolas”. Madrid: IMSERSO.
- Rubio, R. (2007). La problemática de la soledad en los mayores. Infad. Revista de Psicología, Vol. XIX, 2.
- Sampieri et al. (2006). Metodología de la investigación. México: McGraw-Hill.
- Santos del Campo, I. (1991). Envejecimiento demográfico: diferencias por género. Reis 73/96 pp. 177-190. Activo a 17/02/2018. Recuperado en: </Dialnet-EnvejecimientoDemografico-761483.pdf>

ÍNDICE DE TABLAS Y GRÁFICOS

TABLA 1: ENTIDADES, PROGRAMAS Y CÓDIGOS ASIGNADOS A LAS ENTREVISTAS DE INVESTIGACIÓN	9
TABLA 2: DISTRIBUCIÓN DE LA POBLACIÓN MAYOR DE SESENTA AÑOS POR GRUPOS DE EDAD	11
TABLA 3: EVOLUCIÓN DE LA POBLACIÓN MAYOR DE ESPAÑA 1900-2065	12
GRÁFICO 1: TASA GLOBAL DE FECUNDIDAD. NACIDOS X 1000 MUJERES.	13
GRÁFICO 2: PROPENSIÓN A VIVIR SOLO SEGÚN SEXO Y EDAD.....	16
TABLA 4: CIFRAS OFICIALES DE POBLACIÓN RESIDENTE EN ESPAÑA, ARAGÓN Y SUS PROVINCIAS EN VARIACIONES ABSOLUTAS Y RELATIVAS.	16
GRÁFICO 3: PIRÁMIDE DE POBLACIÓN DE LA COMUNIDAD DE ARAGÓN Y DE ZARAGOZA	17
TABLA 5: INDICADORES DE ENVEJECIMIENTO Y SOBRENVEJECIMIENTO Y DE PERSONAS MAYORES	18
GRÁFICO 4: DIFERENCIA DE LAS MUJERES CON RESPECTO A LOS HOMBRES EN EDADES AVANZADAS	19
TABLA 6: OBJETIVOS DEL PROYECTO	30
TABLA 7: NÚMERO DE PERSONAS DESTINATARIAS DEL PROYECTO	30
TABLA 8: CRONOGRAMA PRIMER SEMESTRE.....	32
TABLA 9: CRONOGRAMA SEGUNDO SEMESTRE	32
TABLA 10: ACTIVIDAD 1.....	33
TABLA 11: ACTIVIDAD 2.....	35
TABLA 12: ACTIVIDAD 3.....	37
TABLA 13: ACTIVIDAD 4.....	38
TABLA 14: ACTIVIDAD 5.....	39
TABLA 15: ACTIVIDAD 6.....	40
TABLA 16. RECURSOS PROPORCIONADOS POR LA FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y DEL TRABAJO.....	41
TABLA 17. RECURSOS ADQUIRIDOS POR EL EQUIPO TÉCNICO	41
TABLA 18. COSTE ECONÓMICO DE LOS RECURSOS.....	42
TABLA 19: INDICADORES DE EVALUACIÓN Y FUENTES DE VERIFICACIÓN (O.E.1)	44
TABLA 20: INDICADORES DE EVALUACIÓN Y FUENTES DE VERIFICACIÓN (O.E.2)	44
TABLA 21: INDICADORES DE EVALUACIÓN Y FUENTES DE VERIFICACIÓN (O.E.3)	45
TABLA 22: BASE DE DATOS POR PARTICIPANTE. SEGUIMIENTO.....	46

ANEXOS

ANEXO 1. ANÁLISIS DE LAS ENTREVISTAS A PROFESIONALES

Tabla: Códigos asignados a las entrevistas

Entidad	Programa o servicio	Código asignado
Fundación Rey Ardid	Vivir y Compartir	E.01
Usuario Vivir y Compartir	Partícipe del programa cuando era estudiante de Doctorado	E.02
Ayuntamiento	Zaragoza Vivienda	E.03
Ayuntamiento	Zaragoza Vivienda	E.04
Ayuntamiento	Centro de convivencia para personas mayores.	E.05
Seniors en Red	Seniors en Red (servicio de acompañamiento)	E.06

Fuente: Elaboración propia

VARIABLES

A qué necesidad responde el programa y quiénes son los beneficiarios

De las entrevistas realizadas a los profesionales que dirigen diferentes programas, E.03 y la E.04 dicen que sus programas responden a la necesidad de los estudiantes universitarios de obtener alojamiento económicamente asequible a cambio de unas horas semanales de voluntariado de diferentes tipos: enseñar el idioma a inmigrantes, usos básicos de informática, etc. De esta manera, los jóvenes estudiantes obtienen una vivienda barata y, por otra parte, las actividades que realizan los estudiantes de manera voluntaria van dirigidas a toda la población, siendo en su mayoría personas inmigrantes las que acuden a los talleres de informática y aprendizaje de la lengua.

Esto coincide en parte con la idea del programa que dirige y gestiona E.01. Las personas mayores que participan ponen a disposición su vivienda de manera que los estudiantes universitarios obtienen un alquiler barato. Los estudiantes deben firmar un contrato donde se comprometen a realizar actividades con las personas mayores durante unas horas a la semana.

Estos estudiantes, a su vez, aceptan una serie de normas o reglas de convivencia para poder crear una atmosfera agradable y acorde con los intereses de las personas mayores. Además, el propósito del programa es que se genere un intercambio de experiencias intergeneracional en el que ambos, estudiantes y personas mayores se benefician. Los primeros por obtener un alquiler barato y los segundos obtienen compañía de manera que “no se sienten solos y tienen a alguien en el que apoyarse” (E.01).

E.02 indica que es una experiencia interesante por el intercambio cultural y generacional que se produce entre el estudiante y la persona mayor.

En los programas que proporcionan Seniors en Red y los Centros de Convivencia, los beneficiarios directos son las personas mayores, y ambos están destinados a prevenir la soledad, promover los vínculos entre las personas y a fomentar el envejecimiento activo de las personas mayores.

E.06 cuenta que el programa se realizó debido a la carente respuesta que había desde las políticas y desde la sociedad civil al problema de la soledad en las personas mayores, por lo que vieron un “agujero” en la sociedad y crearon la asociación para hacerse “amigos de gente que no tiene amigos” (E.06) a través de su red de voluntarios.

La soledad y cómo combatirla

El 66.66% de los entrevistados coinciden en que el envejecimiento de la población va en aumento y no es algo nuevo, sino que se lleva manifestando a lo largo de las últimas décadas. Como consecuencia al envejecimiento demográfico han aumentado los casos de soledad en este diverso y amplio grupo de población haciendo que esta sea más visible a pesar de que “la soledad ya existía y existirá siempre” dice E.05.

E.01 afirma que “el miedo a la soledad, estar solos en casa durante la noche y no tener a nadie viviendo con ellos” es lo que hace que las personas mayores participen en el programa que se ofrece desde la Fundación Rey Ardid.

Según E.02, el hijo de la madre que vivía sola tenía “pavor a que su madre se quedara sola” y por lo tanto buscaba una compañía ante esta soledad, siendo ella completamente autónoma en su día a día. Además, añade que la atención de las personas mayores “es una necesidad real que hay en la sociedad de hoy en día” y que le parece interesante que se hagan desde una perspectiva intergeneracional e intercultural para un “mayor enriquecimiento de ambas partes” dándole importancia a la conversación que no solo tiene “un estímulo social, sino también de prevención del deterioro por consecuencias del envejecimiento”.

E.06 dice que el “envejecimiento de la población no tiene vuelta atrás porque se lleva anunciando hace ya más de 20 años”. Los problemas de una población envejecida, según la entrevistada, son consecuencia directa de los cambios producidos en la sociedad y en la estructura familiar que conllevan en muchos casos a un aislamiento social. Asimismo, define la soledad como “la epidemia de la sociedad de hoy en día.

Ante esta realidad en la que las personas mayores se encuentran en una situación de vulnerabilidad todos los entrevistados creen que la prevención es la mejor manera de que las personas mayores no lleguen a sentir la soledad. Esto se podría realizar mediante la promoción del envejecimiento activo, realizando actividades que respondan a sus motivaciones y dándoles más oportunidades para que puedan vivir de una manera digna.

Importancia del trabajo social

La figura del profesional del trabajo social ha sido valorada por el total de los entrevistados como imprescindible cuando se refiere a proyectos que van dirigidos a las personas mayores.

En el caso del programa Vivir y Compartir, E.01 cuenta que se prescindió del perfil de la trabajadora social por falta de presupuesto y desde entonces no solo ha aumentado la carga evidente de la psicóloga, sino que queda trabajo sin cubrir por no ser competencia de esta.

E.02 dice que una persona de trabajo social es importante para conocer los perfiles de parejas que se realizan, tanto de las personas mayores y de los estudiantes, pues es importante conocerlos para ser meticuloso a la

hora de hacer el emparejamiento. Además, defiende que un trabajador social tendría que hacer la supervisión del seguimiento de ambos y, especialmente, de las personas mayores.

En el caso de E.03 y E.04, a pesar de no ser un programa que se centra en las personas mayores, apoyan la idea de que lo más importante es el seguimiento continuado de este colectivo por ser considerado más vulnerable que el colectivo de jóvenes.

E.05 piensa que el trabajador social debe “coordinar las actuaciones entre las parejas” además de hacer un seguimiento de ambos, tanto persona mayor como estudiante, para poder tomar decisiones que puedan modificar o introducir cambios no solo en las peras, sino también el proyecto para estar mejorándolo continuamente.

En el caso de E.06, los trabajadores sociales son quienes hacen el seguimiento de las personas que los voluntarios de la asociación acompañan. Dicen ver el perfil del trabajador social como imprescindible para poder hacer un informe de seguimiento de la persona donde puedan registrar los cambios efectuados, tanto a mejor como a peor, así como para dotar de la comprensión necesaria a las personas mayores en su día a día.

Cómo acercarnos a las personas mayores a través de las TIC

E.06 comenta que para el seguimiento de los voluntarios tuvieron durante un tiempo una aplicación móvil en fase beta con el objetivo de crear una red interna de los voluntarios y de esta manera, podían “geolocalizar a los voluntarios y sabíamos cuando el voluntario llegaba a la residencia y cuando terminaba, y al final te mandaba un informe de los que habían hecho, de manera que no tenían que venir al despacho a contárnoslo” (E.06). Añade que las TIC podrían utilizarse como herramienta para acercarnos a las personas mayores a través de actividades.

E.02 dice que las TIC podrían aplicarse de dos maneras en el programa de Vivir y Compartir; mediante una aplicación informática que pudiese facilitar encuentros, es decir, poniendo en contacto a los jóvenes con los mayores, y haciendo un seguimiento de las personas mayores.

En el caso de los centros de convivencia E.05 comenta que una de las actividades que se imparten es sobre informática básica y que tiene mucho éxito entre las personas mayores. Sin embargo, hay peticiones por parte de los usuarios para que se implante cursos más avanzados para poder hacer un mayor uso y sacarles más partido a las tecnologías.

E.03 y E.04 coinciden en que las tecnologías pueden utilizarse como una herramienta para diseñar actividades que nos permitan acercarnos a las personas mayores, siempre y cuando estén adaptadas a sus intereses y motivaciones.

Voluntariado

Todos los entrevistados están de acuerdo que, sin el voluntariado, los recursos o servicios que se ofrecen en estos programas no podrían estar llevándose a cabo o no tendrían la amplitud que tienen ahora. E.06 define el voluntariado como “imprescindible” y como “una forma de devolver a la sociedad lo que la sociedad te ha dado a lo largo de la vida”. Considera el voluntariado como “una formación donde se aprenden una inmensidad de habilidades que no aprendes en otro sitio”.

E.03 y E.04 ponen en común que el voluntariado es “una asignatura pendiente y un aprendizaje de la vida”, imprescindible para cubrir tareas a las que los trabajadores no pueden llegar.

En los Centros de Convivencia para personas mayores, E.05 cuenta que también hay voluntarios a cargo de talleres de la experiencia que imparten ellos mismos. Dice que sin su labor no sería posible realizar muchos talleres que son valorados satisfactoriamente por las personas mayores y por lo tanto quedarían descubiertos. Los voluntarios en estos centros pueden ser: personas externas a los centros de convivencia con experiencia en el campo en el que se enmarca el taller y personas mayores socias de los centros que en su día fueron alumnos de un taller o actividad y que al quedarse sin profesor han optado por ser ellas mismas quienes sigan impartiendo el curso para que no se pierda.

Difusión

El total de las personas entrevistadas dicen que la difusión que se hace desde sus programas no es demasiada y que siempre se puede hacer más. Sin embargo, cuando se quiere llegar al colectivo de las personas mayores, tal y como dice E.05 dice que “la mayor promoción se la hacen entre los mayores”, es decir, el boca a boca es lo que hace que cada vez más personas mayores estén interesadas en participar en programas que se ofrecen en la ciudad de Zaragoza.

Coinciden con esta idea E. 03, E.04 y E.06.

En el caso del programa de Vivir y Compartir si se puede llegar a hacer más difusión a nivel de folletos, correos, y anunciarse en diferentes páginas web, sin embargo, la entrevistada E. 01 dice que “sigue siendo poca la promoción la que se le da al programa”.

ANEXO 2: ANÁLISIS DEL GRUPO DE DISCUSIÓN

Tabla: Códigos asignados a los participantes del grupo de discusión

Facultad a la que pertenecen	Código asignado
Trabajo social	G.D.1
Educación primaria	G.D.2
Ingeniería industrial	G.D.3
Trabajo social	G.D.4

Fuente: Elaboración propia (2018)

VARIABLES

Envejecimiento de la población

La discusión ha sido abierta por G. D3 diciendo que el “el aumento de la esperanza de vida ha hecho que exista tercera y cuarta edad, entonces la diferencia de características, o incluso de mentalidad en cuanto a ocio y tiempo libre, ya es diferente entre los más mayores y los nuevos mayores”.

G. D4 dice que “el paso de ser trabajador a de repente ser jubilado genera muchos sentimientos de inutilidad, tanto de cara a la familia como de cara a la sociedad, y por lo tanto querer participar en algún tipo de programa o actividad te va a aportar ese punto de autoestima o de sentirte útil”.

En el caso de G. D1, dice que “depende mucho donde se envejezca porque las personas de la ciudad, creo, que tienen menos vinculación a la vida social, mientras que en los pueblos siempre son los mismos, tienes a los vecinos, a las familias que no son las tuyas y a los amigos de siempre”.

G. D2 dice que “en la ciudad está más implantado el individualismo mientras que en el pueblo sí que es un modelo más familiar”. Añade que “desde mi punto de vista creo que los jóvenes vemos tan lejos la vejez que no somos capaces de empatizar con ellos”.

Soledad

El total de las participantes dicen que ven la soledad diferente en la ciudad y en el pueblo porque “la propia condición de pueblo te hace que tejas esas redes” (G.D.1). G. D2 pone el ejemplo de su vecina de Zaragoza que vive sola y cuando tiene que pedirle que le ayude a hacer algo se o pide con miedo.

G. D4 cree que “la soledad depende mucho de los factores internos, nuestros, y de los de nuestro alrededor. Si tienes variables que te protejan a nivel personal o familiar vas a estar más arropado ante una viudedad o ante una soledad. Es decir, que lo social también te puede hacer enfermar, pero depende mucho de la respuesta de cada uno ante

El deber de los jóvenes para con los mayores

El total de los participantes opina que el deber que tenemos los jóvenes con los mayores es facilitar su inclusión a la sociedad.

D. G2 cree que “son muchos y están olvidados en cierto sentido, siendo que ahora mismo la vejez puede durar treinta años fácilmente. ¿Tú sabes las cosas que se pueden hacer y aprender en 30 años?” plantea la participante. Añade que en muchas ocasiones “tachamos a las personas mayores” simplemente por el hecho de haber tenido un contacto con ellos del que hemos creado un prejuicio.

D. G4 dice que “tienen poco reconocimiento del espacio público, es decir, que los jóvenes tenemos muy señalizados cuales son nuestras zonas, pero en lo que se refiere a las personas mayores ese espacio esta como ambiguo”.

A esto, D. G3 dice que ve fundamental el punto de la participante anterior y añade que “el verdadero problema que yo veo es que el espacio público que tienen es completamente limitado a un espacio cerrado, porque su zona al final se reduce a: centros de día, el hogar, etc.” y añade que los jóvenes “ lo hacemos mal porque igual que los mayores se vienen a la cafetería de la facultad porque hay un menú barato, nosotros no nos plantemos entrar a algún sitio que se define para personas mayores.”

Siguiendo la conversación, D. G1 plantea que debemos “romper con muchos tabúes porque pensamos que ellos no pueden hablar del sexo, por ejemplo, pero yo con mi abuela me lance una vez a hablar de mi vida sexual y sabe mucho más que yo.”

La puesta en común final sobre el debate finaliza en un acuerdo en que se deberían crear más espacios públicos compartidos en los que exista una conexión entre personas mayores, llenos de experiencias de vida, y los jóvenes, que son quienes traen los nuevos avances sociales.

La importancia que toman las nuevas tecnologías

En este último apartado se planteó el usar las TIC como herramienta para conectar a las personas mayores con los jóvenes.

G. D4 comienza diciendo que cree que “los jóvenes seríamos los mejores para hacerlo”

En el caso de G. D1, cuenta que muchas veces “es más la propia idea que tenemos nosotros sobre la vejez que la propia realidad, porque mi abuela quería un móvil y mis padres no se lo querían comprar porque pensaban que no iba a saber usarlo. Al final se lo compraron y cuando me fui de viaje y le hice una videollamada se emocionó de tal manera...” A esto añade que “hay que romper con el muro de decir: se puede, y dar cursos escalonados y progresivos, que a todos se nos enseña a hacer algo nuevo”

G. D4 dice a eso que “antes la familia migraba junta del pueblo a la ciudad, pero ahora somos una juventud que no nos quedamos estancada y vamos y volvemos con mucha más facilidad. Que pasa, que no se generan sistemas de comunicación entre la persona mayor y las personas que se marchan, entonces la perdida es física y real. Sin embargo, si se les acercara a las nuevas tecnologías, al menos la pérdida sería simbólica.”

G. D3 dice que cuando trabajó dando cursos de informática básica a las personas mayores las personas tenían mucho interés en aprender y que “aprendían más rápidos que yo incluso, y luego que tenían una libreta donde podían apuntarse los pasos aprendidos para que en caso de que se les olvidará pudieran acudir a ella.”

Para poder llevar a cabo el desarrollo del presente trabajo se han realizado una serie de entrevistas a profesionales y un grupo de discusión para conocer la opinión y perspectiva de los estudiantes. Para ambas, se presentó el consentimiento informado de los participantes con el propósito de guardar su anonimato.

En este Anexo se van a mostrar los guiones finales de las entrevistas, ya que han surgido variaciones conforme se han ido realizando.

ANEXO 3. ENTREVISTA A PROFESIONALES

1. ¿Cómo surge el programa y a qué necesidad social responde?
2. ¿Qué objetivos se pretenden conseguir?
3. ¿Quiénes son los beneficiarios del programa?
4. ¿Quiénes son los beneficiarios de programa?
5. ¿Cómo definiría el envejecimiento de la población?
6. ¿Qué es la soledad?
7. ¿Cómo cree que afecta a las personas mayores?
8. ¿Qué se puede hacer para combatir la soledad?
9. ¿Qué labor cree que tienen los profesionales del trabajo social?
10. ¿Hay voluntarios dentro del programa? ¿Por qué son importantes?
11. ¿Cómo ve la relación intergeneracional, la colaboración entre jóvenes y mayores?
12. ¿Qué se hace para difundir y promocionar el programa?
13. ¿De qué manera se pueden utilizar las TIC con las personas mayores?
14. Para finalizar, ¿Quiere aportar algo más?

ANEXO 4. ENTREVISTA A ANTIGÜO USUARIO DE VIVIR Y COMPARTIR

1. ¿Cómo te enteraste de que existía el programa Vivir y Compartir?
2. ¿Qué te motivó a formar parte de él?
3. ¿Qué tal fue la experiencia?
4. ¿La persona mayor con la que vivías tenía plena autonomía?
5. ¿Cuál era el coste del alquiler?
6. ¿Recibías alguna subvención?
7. ¿De qué entidad procedía?
8. ¿Tenías que hacer algún tipo de seguimiento/control/ayuda con el/la anciano/a? ¿Cuáles?
9. ¿Cómo valorarías la experiencia?
10. ¿Qué podrías decir sobre la convivencia intergeneracional?
11. ¿Cómo valorarías esa experiencia?
12. ¿La podrías recomendar? ¿Por qué?
13. ¿Qué profesionales escogerías para llevarlo a cabo?
14. ¿Qué labor puede tener un trabajador social en un programa como este?
15. Como partícipe que fuiste del programa hace unos años, ¿Cómo cree que podría implementarse en el programa las nuevas tecnologías?

ANEXO 5. GRUPO DE DISCUSIÓN DE ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD

1. Vamos a empezar a hacer una ronda de que opinamos sobre el envejecimiento de la población, lo nuevos mayores, y la brecha entre las personas mayores.
2. Recogiendo lo que decíais de las redes. También estudió la soledad. Entonces, ¿qué percepción tenéis sobre la soledad en las personas mayores? ¿Creéis que hay mucha población mayor que vive sola?
3. ¿qué labor pensáis que tenemos los jóvenes para con los mayores?
4. ¿De qué manera se pueden utilizar las TIC con las personas mayores?

ANEXO 6. CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, Adrián Sánchez Benavente con DNI: 78751382A, como estudiante de la Universidad de Zaragoza en proceso de investigación y realización del Trabajo Fin de Grado, garantizo la total confidencialidad y anonimato en las identidades y que la información será utilizada sólo y únicamente con fines académicos.

Le estoy pidiendo que participe en una investigación universitaria donde se garantiza totalmente la confidencialidad. No se revelará en ningún caso su identidad, ni se facilitarán datos que permitan deducirla. Usted no tiene que participar en el estudio. Si dice que sí, puede dejar de participar en el estudio en cualquier momento. Por favor, tome todo el tiempo que necesite para decidir.

Firma del entrevistado:

Firma del entrevistador: