



Universidad
Zaragoza

Trabajo Fin de Grado

Soledad en las personas mayores en el Barrio
Oliver. Análisis de recursos.

Autora

María Pinilla Gómez

Directora

Sandra Romero Martín

Facultad / Escuela, Año

Facultad de Ciencias Sociales y del Trabajo.

2023/2024

ÍNDICE

1. Introducción y justificación.	4
2. Objetivos.	6
3. Marco teórico.	6
3.1. Personas mayores y envejecimiento.	6
3.2. Concepto y tipos de soledad.	7
3.3. Datos sobre hogares unipersonales y personas mayores.	9
3.4. Factores que contribuyen al aislamiento social y la soledad en personas mayores.	10
3.5. Efectos negativos de la soledad en personas mayores.	12
4. Contextualización.	12
5. Metodología.	16
6. Resultados.	18
6.1. Bloque 1: Visión de la problemática de la soledad en personas mayores.	18
6.2. Bloque 2: Recursos del barrio y la relación existente con paliar la soledad en las personas mayores y coordinación entre recursos.	21
6.3. Propuesta de nuevos recursos específicos.	24
7. Conclusiones y discusión.	26
8. Limitaciones del estudio y futuras líneas de investigación.	28
9. Bibliografía y webgrafía.	29
10. Anexos.	33

Resumen:

Este trabajo aborda la problemática de la soledad en personas mayores residentes en el Barrio Oliver, un área caracterizada por múltiples problemáticas sociales. A través de entrevistas con profesionales del trabajo social y representantes de diversas entidades locales del barrio, se ha llevado a cabo un análisis de contenido de las entrevistas realizadas que permite identificar las percepciones, recursos existentes y propuestas de intervención para mitigar la soledad en esta población. Los resultados indican que, aunque la soledad no es considerada una problemática prioritaria en comparación con otras como el absentismo escolar, existen recursos y actividades que contribuyen a paliarla. Además, se destaca la importancia de la coordinación entre entidades y la necesidad de implementar nuevos recursos específicos, como apoyo psicológico y redes de voluntariado, para abordar de manera más efectiva las necesidades de las personas mayores.

Palabras clave:

Soledad, aislamiento social, personas mayores, Barrio Oliver, recursos sociales, Trabajo Social.

Abstract:

This study addresses the issue of loneliness among elderly residents in Barrio Oliver, an area characterized by multiple social problems. Through interviews with social work professionals and representatives of various local entities, a content analysis was conducted to identify perceptions, existing resources, and intervention proposals to alleviate loneliness in this population. The results indicate that although loneliness is not considered a priority issue compared to others such as truancy, there are resources and activities that contribute to mitigating it. Furthermore, the importance of coordination between entities and the need to implement new specific resources, such as psychological support and volunteer networks, to more effectively address the needs of the elderly are highlighted.

Keywords:

Loneliness, social isolation, elderly people, Barrio Oliver, social resources, Social Work.

1. Introducción y justificación.

Esta investigación se enmarca en el Trabajo Fin de Grado de la Facultad de Ciencias Sociales y del Trabajo de la Universidad de Zaragoza, el presente trabajo se ha realizado en el curso académico 2023/2024. Este trabajo se centra en analizar la problemática de la soledad en las personas mayores del Barrio Oliver, un barrio con características sociodemográficas y recursos particulares que influyen en la experiencia de sus habitantes.

El objetivo principal de este estudio es comprender en profundidad cómo se manifiesta la soledad entre las personas mayores en el Barrio Oliver, identificando recursos existentes. Además, se busca proponer nuevos recursos que puedan atender mejor las necesidades detectadas por los profesionales del Trabajo Social y otros agentes comunitarios del barrio.

La problemática de la soledad en las personas mayores es un tema de creciente interés en la sociedad contemporánea. Con el envejecimiento de la población y los cambios en la estructura social y familiar, este fenómeno ha adquirido una relevancia significativa, especialmente en áreas urbanas. Según el Instituto Nacional de Estadística (INE), el porcentaje de personas mayores que viven solas ha aumentado considerablemente en las últimas décadas, lo que resalta la importancia de abordar esta cuestión (INE, 2023).

La elección del presente tema se considera fundamental debido a que la soledad no es solo una sensación subjetiva de aislamiento, sino que tiene implicaciones profundas para la salud física y mental de las personas mayores. Estudios han demostrado que la soledad se asocia con un mayor riesgo de enfermedades cardiovasculares, deterioro cognitivo y mortalidad prematura (Cacioppo, 2018). Además, el aislamiento social puede exacerbar problemas de salud preexistentes y disminuir la calidad de vida en general.

Además de lo expuesto en el párrafo anterior, abordar el tema de la soledad resulta complejo. Como se detallará en las páginas siguientes, la soledad presenta numerosos tipos y variantes, afectando de manera diversa a cada individuo y pudiendo tener causas distintas. Los principales autores que tratan el presente tema destacan dos tipos. Bermeja y Ausin (2018), distinguen la soledad objetiva y la subjetiva. Explicándolas brevemente, la soledad objetiva se refiere al aislamiento social, a estar literalmente solo, mientras que el segundo tipo de soledad es el sentimiento como tal de sentirse solo incluso estando en compañía de otras personas.

Cuando hablamos de los tipos de soledad es importante remarcar que para definirlos es importante considerar la perspectiva desde la que se mira el concepto, debido a que se puede hacer una clasificación u otra según donde pongamos el foco. Anteriormente se ha puesto el foco en el sentimiento de la persona y se ha hecho una clasificación. Otros autores como Young (1982) ponen el foco en la temporalidad por lo que los tipos de soledad que este autor propone son; soledad crónica, la que dura dos o más años; soledad situacional, dura un tiempo determinado ya que ha sido consecuencia de un acontecimiento y es temporal; y por último la soledad pasajera que se da en episodios cortos y de manera puntual donde la persona se siente sola.

Con respecto a la elección del tema de este trabajo, haber realizado el Prácticum de Intervención en el Barrio Oliver fue un factor determinante, por la proximidad a dicho barrio y las experiencias previas. Las prácticas realizadas en el Centro Municipal de Servicios Sociales se consideran una experiencia muy positiva, en la cual se adquirió un gran conocimiento. Además, se tuvo la oportunidad de conocer a destacados profesionales, especialmente al tutor de prácticas, quien facilitó la realización del presente trabajo.

Además, el barrio elegido es uno de los barrios con más actividad y más movimiento asociativo que hay en Zaragoza por lo que la realización del trabajo se intuía que la realización del trabajo iba a ser un poco más sencilla ya que al conocerlo y haber estado tres meses viendo el barrio desde una perspectiva profesional gracias al Prácticum de Intervención se percibió una oportunidad para poder realizar un buen Trabajo de Fin de Grado.

Asimismo, siempre ha resultado gratificante trabajar con el grupo demográfico elegido. Se considera que las personas mayores constituyen un colectivo muy vulnerable y, al mismo tiempo, muy agradecido. Estos han sido los principales motivos para elegir la temática de personas mayores y soledad específicamente en el Barrio Oliver.

Para lograr los objetivos de investigación, el trabajo se estructura en varias secciones clave. Comienza con una revisión teórica que aborda conceptos fundamentales sobre el envejecimiento y la soledad, distinguiendo entre diferentes tipos de soledad y sus implicaciones. También se presentan datos relevantes sobre la demografía de los hogares unipersonales y los factores que contribuyen al aislamiento social en la vejez.

A continuación, se ofrece una contextualización del Barrio Oliver, incluyendo su historia, características sociodemográficas y los recursos disponibles actualmente. Esta contextualización es crucial para entender el entorno específico en el que se desarrolla el estudio y cómo este entorno influye en la experiencia de soledad de las personas mayores.

El apartado de metodología describe el enfoque de la investigación, detallando los métodos de recolección y análisis de datos. Los resultados obtenidos se presentan de manera exhaustiva, seguidos de una discusión que interpreta estos resultados en el contexto teórico y práctico.

Finalmente, el trabajo concluye con una serie de propuestas de intervención diseñadas para mitigar la soledad entre las personas mayores del Barrio Oliver, basadas en las necesidades identificadas durante la investigación. Estas propuestas buscan no solo mejorar la calidad de vida de estas personas, sino también fortalecer el tejido social del barrio, promoviendo una mayor inclusión y participación comunitaria. En último lugar se ha realizado un apartado tratando las limitaciones encontradas a la hora de realizar el trabajo y propuesta de futuras líneas de investigación.

En resumen, este Trabajo Fin de Grado no solo aporta un análisis de la soledad en las personas mayores del Barrio Oliver, sino que también ofrece soluciones prácticas y contextualizadas para abordar esta problemática, contribuyendo así al bienestar de una población vulnerable y a la mejora de la comunidad en general.

2. Objetivos.

En el presente apartado, se detallan los objetivos que orientarán la investigación llevada a cabo en este Trabajo Fin de Grado. Se presenta el objetivo general y posteriormente tres objetivos específicos.

OBJETIVO GENERAL:

Comprender la problemática de la soledad en personas mayores del Barrio Oliver, en Zaragoza, identificando recursos existentes y realizando propuestas de recursos en base a las necesidades detectadas por los profesionales del Trabajo Social y agentes del Barrio.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

1. Conocer la problemática de la soledad en las personas mayores en el Barrio Oliver.
2. Conocer los recursos disponibles en el Barrio Oliver y su impacto en la soledad en personas mayores.
3. Proponer nuevos recursos que puedan ser beneficiosos para reducir la soledad en las personas mayores en el Barrio Oliver a partir de las necesidades detectadas en las entrevistas con los profesionales del Trabajo Social y agentes del Barrio Oliver.

3. Marco teórico.

A continuación, se va a explicar en torno a los conceptos de envejecimiento y soledad en personas mayores, que servirán para enmarcar teóricamente la investigación del presente trabajo.

3.1. Personas mayores y envejecimiento.

Según la literatura una persona se considera mayor cuando tiene 65 años o más (Pérez, et al., 2020). El envejecimiento de la población se ha convertido en uno de los fenómenos sociales más significativos del siglo XXI. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), el siglo XX presenció una revolución en cuanto a la longevidad. La esperanza de vida promedio al nacer aumentó en 20 años desde 1950, alcanzando los 66 años, y se proyecta que para el año 2050 aumente en 10 años adicionales (Organización Panamericana de salud, 2018).

El proceso de envejecimiento implica la acumulación de transformaciones que ocurren en el cuerpo humano a lo largo del tiempo y que resultan en una disminución gradual de la función y, en última instancia, en la muerte. Este fenómeno abarca los cambios que suceden en las células y sistemas del organismo a medida que transcurre el tiempo, sin verse necesariamente influenciado por factores externos o condiciones patológicas, como enfermedades (Bazo, 1998).

El proceso de envejecimiento no debe ser evaluado únicamente considerando la edad cronológica, sino que es importante considerar también los factores personales y ambientales que influyen en él (Rosa et al., 2003). De acuerdo con Vaillant y Mukamal (2001), el envejecimiento puede ser conceptualizado desde tres perspectivas: disminución, cambio y desarrollo. La disminución se refiere al deterioro funcional de algunos órganos, la reducción de la percepción sensorial y la disminución en la velocidad de reacción a los estímulos. Desde la perspectiva del cambio, en este período se dan cambios físicos graduales, como la aparición de canas, arrugas y modificaciones en la distribución de la grasa corporal, además de alteraciones en el funcionamiento de los órganos y sistemas corporales. Por último, desde la perspectiva del desarrollo, muchos ancianos al llegar a esta etapa empiezan a tener más aceptación ante la vida ya que tienen mucha experiencia y les permite ver la vida de manera diferente (Moreno y Alvarado, 2007).

Por tanto, la vejez también puede ser considerada como una etapa de desarrollo y madurez. En esta fase, muchos ancianos muestran mayor paciencia, tolerancia y aceptación del otro. Su experiencia les permite ver la vida desde una perspectiva diferente, apreciar la relatividad de las situaciones y comprender que el presente está vinculado al pasado y al futuro (Moreno y Alvarado, 2007).

3.2. Concepto y tipos de soledad.

La soledad hasta el siglo XX había sido objeto de estudio únicamente de las artes y la filosofía. No es hasta 1982 cuando se publica el primer manual sobre la soledad titulado; *Loneliness: a sourcebook of current theory, research and therapy* (Peplau y Perlman, 1982). En este manual se trata el concepto de soledad desde varias aproximaciones teóricas resumiéndolas en cuatro principales corrientes (Yanguas et al., 2018b).

De este modo, desde la perspectiva cognitiva; la soledad se plantea como una disonancia entre las relaciones sociales que una persona quiere y las que realmente tiene. Desde la mirada del interaccionismo, la soledad se define como la falta de relaciones íntimas y/o significativas, sumándole la falta de vinculación comunitaria. Respecto a la perspectiva psicodinámica, se entiende la soledad como un resultado negativo, derivado de la necesidad de intimidad, de la falta de relaciones interpersonales. Por último, el existencialismo considera la soledad como una realidad inherente al ser humano: por un lado, la soledad puede causar sufrimiento y dolor, pero, por otro lado, puede crear cuestiones nuevas como comprenderse a uno mismo, entre otras (Yanguas et al., 2018b).

Otros autores como Cacioppo y Patrick definen la soledad como “un dolor social” que se puede comparar al dolor físico, dándole una función específica de protegernos ante el peligro de permanecer aislados. Existe una creencia de que las personas solitarias tienen malas relaciones sociales, pero muchas personas en situación de soledad tienen muy buenas habilidades sociales. La soledad aparte de poder venir provocada por falta de relación con otras personas también puede tener un componente de falta de vinculación comunitaria (Yanguas et al., 2018a). *National Institutes of Health* (NIH) definen la soledad como sentimiento desalentador de estar a solas o separado (*National Institutes of Health*, 2021).

Por otra parte, la soledad tiene diferentes dimensiones. Para Bermeja y Ausin existen dos tipos de soledad: objetiva y subjetiva. La primera corresponde a la soledad social, también denominada aislamiento social. Mientras que la soledad subjetiva, pertenece a la soledad o aislamiento emocional. La soledad subjetiva se relaciona con sentirse solo, no es una situación buscada y esta puede producir una sensación dolorosa, puede ocurrir también sentirse solo estando en compañía de otras personas. Esto se produce cuando las relaciones no son suficientes o no son como la persona espera. Otros autores hacen la misma distinción denominando soledad objetiva como soledad y soledad subjetiva como soledad sentida (Bermeja y Ausin, 2018).

La soledad sentida se refiere a la experiencia subjetiva de estar solo y puede diferir de la simple presencia física o ausencia de compañía. Según la definición Waite (2015), la soledad sentida se caracteriza por la percepción de falta de conexión emocional o afectiva con los demás, independientemente de la cantidad de interacciones sociales que se tengan.

Así como se diferencia la soledad subjetiva y objetiva existen otras clasificaciones de los tipos de soledad. El Instituto Europeo de Psicología Positiva diferencia los siguientes tipos de soledad (Cataluña, 2023):

- *Soledad existencial*: Se refiere a la sensación de vacío, se trata de una emoción que se mezcla con la duda existencial.
- *Soledad emocional*: Es el tipo de soledad surge al proyectar en las personas grandes apegos, grandes expectativas y esperanzas y cuando esto no es recíproco aparece este sentimiento de soledad. Es un tipo de soledad que no se elige, no depende de uno mismo.
- *Soledad positiva*: Este tipo de soledad es elegible, tú eliges apartarte de las cosas, buscas la soledad de manera voluntaria.
- *Soledad transitoria*: La soledad transitoria aparece cuando en un momento concreto cambia algo que no quieres que cambie. Este tipo de soledad dura un tiempo concreto hasta que la situación por la que ha provocado el sentimiento de soledad se supera.
- *Soledad crónica*: Este tipo de soledad tiene como característica principal que no depende de un contexto ni de una situación concreta, sino que la soledad es parte de ti. Las personas que sufren este tipo de soledad suelen elegir el aislamiento como escape, entran en un círculo que se repite; no quieren involucrarse en la sociedad lo que lleva a más soledad.

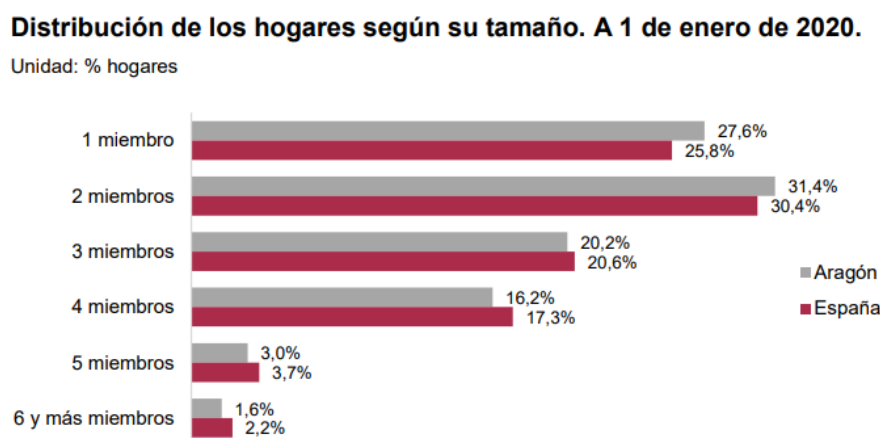
Otro criterio para clasificar la soledad puede ser la duración de la misma. Young (1982), diferencia distintos tipos de soledad según su duración. En primer lugar, la soledad crónica, que se refiere a la soledad que persiste durante dos o más años, provoca en la persona un sentimiento de insatisfacción con sus interacciones sociales y una pérdida de la capacidad para establecer relaciones satisfactorias. En segundo lugar, la soledad situacional que surge después de un evento vital estresante es temporal y se supera cuando el individuo acepta la nueva situación y por último, la soledad pasajera que es la que se da con más frecuencia, se caracteriza por ser episodios cortos donde se siente la persona sola (Pinazo y Donio, 2018).

Recientemente, Castro (2015) propuso una nueva clasificación de los tipos de soledad. Por un lado, establece la soledad objetiva y la soledad emocional mencionadas a lo largo del apartado, pero añade el término de la soledad social sintónica que deriva de la falta de sintonía con el entorno (Pinazo y Donio, 2018).

En ocasiones el término soledad, anteriormente definido, se confunde con el concepto de aislamiento social. Para Bermeja y Ausin, el aislamiento social es la falta de compañía permanente o temporal, la falta de relaciones sociales, que no tiene que conllevar sentimientos negativos y puede ser buscada y enriquecedora (Bermeja y Ausin, 2018). Según el NIH el aislamiento social se define como falta de contactos sociales y pocas personas con las que interactuar con frecuencia. Mientras que la soledad se trata de sentirse solo o desconectado emocionalmente, el aislamiento social es más objetivo y se refiere a tener pocas interacciones sociales reales. Es importante destacar que alguien puede estar solo sin estar aislado socialmente, y viceversa (National Institutes of Health, 2021).

3.3. Datos sobre hogares unipersonales y personas mayores.

GRÁFICO 1. Distribución de los hogares según su tamaño. España y Aragón. Enero de 2020.



Fuente: IAEST (2021)

Según la última actualización de la Encuesta Continua de Hogares (IAEST, 2021), en España se observa una tendencia al alza en la formación de hogares unipersonales, representando un 25,8% del total de hogares en el país. Esta tendencia es aún más pronunciada en la comunidad autónoma de Aragón, donde alcanza un 27,6% del total de hogares como se puede observar en el gráfico 1. Este aumento en la proporción de hogares unipersonales podría atribuirse a diversos factores, como cambios en la estructura familiar, mayor movilidad laboral y una mayor aceptación social de la vida independiente.

Es importante destacar que, dentro de los hogares unipersonales en Aragón, un significativo 45,7% está compuesto por personas de 65 años y más. Esta cifra es ligeramente superior al promedio nacional, donde las personas mayores representan el 42,9% de los hogares unipersonales en España. Este fenómeno refleja el envejecimiento de la población española y plantea desafíos adicionales en términos de atención y apoyo a las personas mayores que viven solas (IAEST, 2021).

Al enfocarnos específicamente en los hogares unipersonales de personas mayores de 65 años, observamos una disparidad de género significativa. El 14,8% de estos hogares están compuestos por hombres, mientras que el 30,9% están compuestos por mujeres. Esta diferencia puede atribuirse en parte a la mayor esperanza de vida de las mujeres y a los roles de género tradicionales que pueden llevar a que las mujeres sean más propensas a vivir solas en la vejez.

El aumento de los hogares unipersonales, especialmente entre las personas mayores, plantea importantes consideraciones en términos de calidad de vida y bienestar. Las personas mayores que viven solas pueden enfrentar mayores riesgos de soledad, aislamiento social y dificultades económicas (IAEST, 2021).

3.4. Factores que contribuyen al aislamiento social y la soledad en personas mayores.

Tal y como se ha señalado en apartados anteriores con el aumento de la edad aumentan las posibilidades de que una persona se sienta sola debido a que las redes sociales se reducen, fallece el cónyuge, si es que se tiene, puede producirse la institucionalización, problemas de salud, entre otros. También influyen factores personales que contribuyen a la soledad en la vejez (Pinazo y Donio, 2018). Castro (2010), resume dichos factores personales en cinco puntos. La forma en que la persona entiende sus relaciones y las expectativas sobre ellas; la forma en que uno es, como se comporta y como se comunica; la pérdida de ilusión, de sentido de la vida y de perspectiva de futuro; la dificultad para pedir o aceptar la ayuda de otras personas cuando existe sentimiento de soledad; y, por último, la falsa creencia de que la soledad es un hecho normativo que se da por sí mismo en las personas mayores.

Los diferentes factores que contribuyen a que las personas mayores puedan encontrarse en situación de soledad son variadas. En primer lugar, las personas mayores al llegar a una edad avanzada, según Laforest (1991) pueden sufrir tres crisis asociadas al envejecimiento:

- *Crisis de identidad*, donde se dan un conjunto de pérdidas que pueden deteriorar la autoestima de la persona.
- *Crisis de autonomía*, se produce deterioro en el organismo y de las posibilidades de desenvolverse en las actividades cotidianas.
- *Crisis de pertenencia*, se refiere a la sensación de sentirse perdido o sin rumbo debido a la pérdida de roles y pertenencia a grupos sociales, así como a cambios en la vida laboral y en las habilidades físicas y de otro tipo que afectan la interacción social.

Además de sufrir estas crisis las personas mayores a lo largo de su vida pasan por una serie de vivencias que pueden tener graves consecuencias como las siguientes (Rodríguez, 2008):

- *El síndrome del nido vacío* es el primer acontecimiento que suelen vivir las personas mayores cuando los hijos/as abandonan el hogar para iniciar una vivienda independiente.
- *Relaciones familiares pobres*, cuando la relación con los hijos/as disminuye sobre todo la intensidad y la calidad de afecto.

- *Muerte del cónyuge*, la viudedad es un desencadenante importante a la hora de desarrollar el sentimiento de soledad en edades avanzadas. Las personas que se encuentran en esta situación en la que la ausencia de compañía y afectividad con su pareja hace que la adaptación hacia ese tipo de situación sea complicada.
- *Salida del mercado laboral*, es un suceso importante ya que, tras la jubilación, las personas disponen de más tiempo libre que antes y entonces no saben en qué hacer con este. Además, la salida del mercado laboral afecta al ámbito económico por lo que la pérdida de poder adquisitivo restringe la posibilidad de hacer actividades constantemente.
- *Prejuicios*, en la sociedad contemporánea, se encuentran arraigados ciertos estereotipos acerca de la vejez, como la idea de que las personas mayores carecen de una vida productiva, experiencias o necesidades sexuales, y son percibidas como inútiles, obsoletas y dependientes.

En cuanto al aislamiento social, existen multitud de circunstancias que aumentan la posibilidad de que una persona mayor lo sufra. Varios autores teorizan sobre un marco ecológico que define la soledad como resultado de la interacción entre varios factores. Para estudiar los diferentes factores de mejor manera se dividen en cuatro niveles (Cotterell et al., 2018):

- *Nivel individual.*
Existen una serie de características individuales que se dan a lo largo de la vida con un mayor riesgo de sufrir soledad, los más destacados son: edad avanzada, vivir solo, escasez económica, dependencia, pertenecer a grupos minoritarios y problemas de salud mental.
- *Nivel relacional.*
Las redes de apoyo y relaciones personales influyen en el riesgo de sufrir aislamiento social. También influye en parte el ser mujer u hombre y el estado civil.
- *Nivel social.*
Los factores que incrementan el riesgo de aislamiento social son la discriminación, políticas generadoras de desigualdad, pobreza, falta de cohesión social y normas que desalientan la interacción social.
- *Nivel comunitario.*
El entorno donde se desarrolla una relación social afecta el riesgo de aislamiento social. Factores comunitarios que lo aumentan incluyen vivir en áreas desfavorecidas, alta delincuencia, movilidad residencial, escasas oportunidades de participación social y limitado acceso a servicios y transporte público.

3.5. Efectos negativos de la soledad en personas mayores.

La soledad en las personas mayores tiene numerosas consecuencias y efectos negativos, principalmente en la salud.

En el estudio de Dahlberg et al. (2018), se asocia el sentimiento de soledad con trastornos psicológicos como la ansiedad, el nerviosismo y la angustia. Estos estados emocionales pueden manifestarse de diversas maneras, desde una preocupación constante o tensión hasta ataques de pánico o sensaciones de desesperación. Los investigadores sugirieron que la soledad puede actuar como un factor de riesgo para el desarrollo de estos trastornos psicológicos, exacerbando los sentimientos negativos y aumentando la vulnerabilidad emocional de una persona.

Por su parte, Gale et al. (2018) y Gerino et al. (2017) señalan que la soledad no solo está asociada con un mayor riesgo de padecer depresión, sino también con un aumento en el riesgo de fragilidad física. Esto sugiere que la experiencia de la soledad puede tener un impacto negativo tanto en la salud mental como en la salud física de las personas mayores. La fragilidad física se refiere a una disminución en la capacidad del cuerpo para recuperarse de enfermedades o lesiones, lo que puede llevar a un mayor riesgo de discapacidad y deterioro funcional en los adultos mayores. Gerino et al. (2017) destaca que la soledad se asocia con una menor calidad física, lo que implica que las personas que experimentan altos niveles de soledad pueden enfrentar desafíos adicionales en términos de salud física y funcionamiento diario.

Por otra parte, los estudios de Zhong et al. (2017) y Donovan et al. (2017) llegan a conclusiones similares al destacar que la soledad puede predecir el deterioro cognitivo en adultos mayores. Por su parte, el estudio de Donovan et al. (2017) señala que la soledad puede considerarse un síntoma neuropsiquiátrico importante en las etapas preclínicas de la enfermedad de Alzheimer.

En el caso del estudio de Tormstad et al. (2017) revelan que la soledad está asociada con una serie de efectos negativos, que incluyen una mayor probabilidad de tener problemas de salud, sentimientos de desesperanza, padecer enfermedades crónicas, necesitar ayuda para realizar actividades diarias y experimentar insatisfacción con la vida. Finalmente, los trabajos de Chan et al. (2015) y Luo et al. (2014), asocian el sentimiento de soledad con un mayor riesgo de mortalidad.

4. Contextualización.

En el presente apartado, se realiza una contextualización de las características del Barrio Oliver tratando su historia, ubicación, características de la población, equipamientos disponibles en el barrio y recursos.

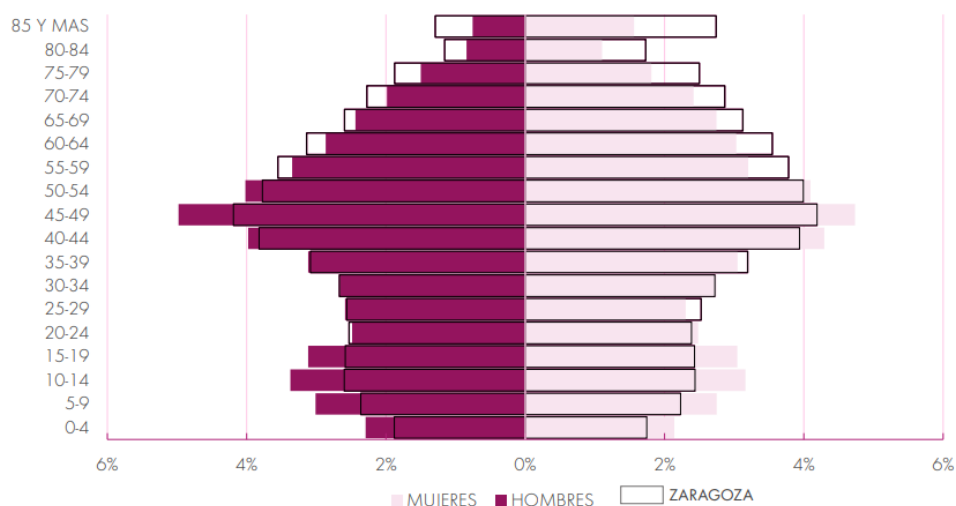
La creación del Barrio Oliver en la ciudad de Zaragoza, data de las primeras décadas del siglo pasado como resultado de la parcelación de fincas rurales. En 1918 Mosén Oliver parceló terrenos de su propiedad vendiéndose a precios populares creándose así las primeras viviendas del barrio. En los años 50 del siglo XX, comenzaron a llegar inmigrantes de Extremadura y Andalucía que construyeron sus viviendas sin seguir ningún orden urbanístico (Beltrán, 2017).

En la década de los 70 se creó la Asociación de Vecinos Oliver- Aragón que desde los 90 ha gestionado proyectos sociales. A partir de este momento se han ido creando progresivamente diferentes recursos y dotando de Centro de Salud, Centro Comunitario, Centro Cívico, etc. lo que ha hecho disminuir la sensación de aislamiento del barrio. En los años 80 se produjo una llegada masiva de población gitana provenientes del desmantelamiento de la Quinta Julieta. Posteriormente con el fenómeno migratorio global, llegaron muchos inmigrantes siendo en la actualidad, uno de los barrios con más diversidad en cuanto a nacionalidades en su población. En 1998 el Ayuntamiento de Zaragoza aprobó el Plan Integral del Barrio Oliver (PIBO) proyecto que ha impulsado muchas de las mejoras del barrio (Beltrán, 2017).

El barrio se encuentra en el distrito de Oliver-Valdefierro, al suroeste del centro histórico de la ciudad. Esta zona se caracteriza por ser residencial y estar densamente poblada, con una mezcla de viviendas de diferentes épocas y estilos arquitectónicos (Ebrópolis, 2023).

Según el último informe de Ebrópolis 2023, la superficie de la Junta Oliver- Valdefierro es de 4.34 km², la población dividida por grupos de edad, de la Junta Municipal Oliver-Valdefierro cuenta con un reparto algo diferente al promedio de la ciudad ya que hay mayor proporción de habitantes por debajo de los 14 años y de los 49 y el porcentaje menor en habitantes de 50 años y más. La mayor parte de la población es menor de edad y entre los 40 a los 54 años. Es importante resaltar que el grueso de la población se encuentra entre 14 y 49 años por lo que no es un barrio excesivamente envejecido, de hecho, se encuentra por debajo de la media de envejecimiento de Zaragoza (Ebrópolis, 2023).

GRÁFICO 2. Pirámide de población Oliver- Valdefierro. 2023



Fuente: Ebrópolis (2023)

En la Junta Municipal Oliver-Valdefierro los indicadores de envejecimiento, sobre-envejecimiento y dependencia están por debajo de la media de Zaragoza. Por otro lado, el índice de juventud, tasa de reemplazo e índice de infancia están por encima del resto de la ciudad.

En cuanto a la población extranjera, hay empadronadas en el barrio 4038 extranjeros, lo que suponen un 12,7% de los habitantes de la junta. En comparación con la ciudad de Zaragoza el porcentaje de población extranjera se diferencia únicamente por un 0,08% (Ebrópolis, 2023).

TABLA 1. *Indicadores sociodemográficos Junta Oliver- Valdefierro.*

Otros índices sociodemográficos									
	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	Zaragoza 2021	Diferencia 2021
Tasa de dependencia	48,8	49,7	51,3	50,9	50,5	50,9	51,3	54,8	-3,5
Tasa de envejecimiento	80,4	82,6	83,6	89,6	88,6	97,5	102,6	167,1	-64,5
Tasa de sobre-envejecimiento	16,3	14,8	15,0	13,4	15,8	13,0	13,5	18,2	-4,7
Índice de juventud	95,0	106,1	119,7	111,7	98,8	102,6	97,5	59,8	37,7
Índice de maternidad	12,8	17,7	22,6	21,6	16,9	19,7	19,6	17,0	2,6
Índice de tendencia	46,0	63,6	78,6	80,2	64,2	75,4	77,0	79,0	-2,0
Tasa de reemplazo	82,0	83,0	83,2	82,4	78,8	77,6	79,2	71,4	7,8
Índice de infancia	16,0	17,1	18,5	17,8	16,7	17,1	16,7	13,3	3,4
Crecimiento natural	96,0	126,0	74,0	63,0	71,0	71,0	-	-1.121,0	-

Fuente: Ebrópolis, (2023)

Referente a los hogares, la Junta Municipal Oliver-Valdefierro, alberga el 4,3% del total de hogares de la ciudad de Zaragoza. Es importante destacar que de los hogares que existen en el barrio un 26,3% son unipersonales, se encuentra por encima de la media de la ciudad. Es importante destacar que la gran mayoría de la población de 65 años y más viven solos, siendo las personas de más de 85 años un 22,6% (Ebrópolis, 2023).

La renta media por hogar y por persona, se sitúa por debajo del promedio de la ciudad, lo que indica que el nivel adquisitivo de la población del barrio es inferior que al resto de Zaragoza.

Acerca de la utilización de los servicios sociales y prestaciones de los CMSS, los expedientes activos del barrio son 1140 lo que suponen un 4,5% de la población de Zaragoza. Las personas con dependencia y que reciben ayudas domiciliarias, englobando SAD y teleasistencia en el Barrio Oliver son; ayuda a domicilio 196 personas siendo 151 SAD¹ preventivo y 25 SAD² dependencia y 20 SAAD y cargas³. El servicio de teleasistencia se ofrece a 251 personas (Ebrópolis, 2023).

Por otra parte, la Junta Municipal Oliver- Valdefierro, concentra el 1,9% de los equipamientos de la ciudad de Zaragoza. En materia de servicios sociales cuenta con 16 lo que supone un 4,03% de Zaragoza (Ebrópolis, 2023).

En concreto los recursos disponibles para personas mayores que se encuentran en el Barrio Oliver son (Ayuntamiento de Zaragoza,2020):

- Residencia y centro de día CAI-Ozanam Oliver.

Institución dedicada a brindar atención integral a personas mayores y dependientes. Ofrece servicios de residencia permanente para aquellos que necesitan atención continua, así como actividades de día para quienes requieren cuidados durante ciertas horas del día. Se enfoca en proporcionar un ambiente

¹ SAD Preventivo: Servicios de Ayuda a Domicilio destinados a prevenir situaciones de dependencia.

² SAD Dependencia: Servicios de Ayuda a Domicilio orientados a personas que ya tienen reconocida una situación de dependencia.

³ SAAD y cargas: Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia, coordina recursos y servicios para la atención de personas en situación de dependencia, promoviendo su autonomía personal.

acogedor y seguro, donde los residentes puedan recibir atención médica, rehabilitación, terapia ocupacional y actividades recreativas. Además, se promueve la participación activa de los residentes en la comunidad y se fomenta el respeto por su autonomía y dignidad.

- Centro Comunitario gestionado por la fundación Adunare.

Gestionado por la Fundación Adunare, es un espacio dedicado al desarrollo integral de la comunidad. Esta fundación trabaja para promover el bienestar social, la educación, la salud y el fortalecimiento de las relaciones comunitarias. A través de una variedad de programas y actividades, el centro ofrece servicios y recursos que abordan las necesidades de los residentes locales. El objetivo principal es empoderar a los individuos y fortalecer los lazos dentro de la comunidad, promoviendo el desarrollo personal y colectivo.

- Centro Cívico Manuel Vázquez Guardiola/ junta municipal Oliver- Valdefierro.

Es un punto central en la comunidad local, ofreciendo una variedad de servicios y actividades para los residentes. Proporciona un espacio para reuniones, eventos culturales, actividades recreativas y programas educativos para personas de todas las edades. Además, sirve como punto de encuentro para asociaciones vecinales y entidades sociales, fomentando la participación ciudadana y el desarrollo comunitario. Con su amplia gama de servicios y actividades, destaca como un importante recurso para promover el bienestar y la cohesión social en la comunidad local.

- Centro Municipal de Servicios Sociales Oliver. Programa de Autonomía y Cuidados.

El Programa de Autonomía y Cuidados del Centro Municipal de Servicios Sociales Oliver es una iniciativa diseñada para brindar apoyo a las personas mayores y dependientes del Barrio Oliver. Este programa ofrece una variedad de servicios y recursos destinados a promover la autonomía y la calidad de vida de las personas usuarias. Entre las actividades incluidas se encuentran la atención domiciliaria, la asistencia personalizada, la coordinación de servicios de salud y bienestar, así como la provisión de información y orientación sobre recursos disponibles en la comunidad. El objetivo principal del programa es ayudar a las personas mayores y dependientes a mantener su independencia y vivir de manera autónoma en su hogar el mayor tiempo posible, proporcionando el apoyo necesario para satisfacer sus necesidades físicas, emocionales y sociales.

- Centro de mayores San José.

Espacio dedicado al bienestar y la participación de las personas mayores de la comunidad. Ofrece una variedad de servicios y actividades diseñadas para promover el envejecimiento activo y saludable. Entre las actividades disponibles se incluyen talleres de ejercicio, clases de baile, charlas educativas, actividades recreativas y sociales, así como servicios de apoyo psicológico y asesoramiento.

- Centro de Convivencia de Mayores Oliver.

El centro proporciona un entorno acogedor donde los mayores pueden socializar, compartir experiencias y establecer nuevas amistades. El objetivo principal del Centro de Convivencia de Mayores es promover el envejecimiento activo y saludable, así como fomentar el sentido de comunidad y pertenencia entre sus usuarios. Para cumplir este objetivo se realizan actividades, talleres recreativos, clases de ejercicio y baile, entre otras.

5. Metodología.

En el presente apartado se recoge la metodología de este trabajo.

La investigación que se ha realizado es cualitativa. La investigación cualitativa según Corbetta (2003), se enfoca en comprender profundamente fenómenos sociales, culturales o humanos. Reconoce la subjetividad de investigadores y participantes, valorando la interacción entre ellos. Es flexible y adaptable, permitiendo ajustes según las necesidades del estudio. En resumen, busca capturar la complejidad y riqueza de los fenómenos sociales desde una perspectiva holística y contextualizada. Cabe destacar que también se ha realizado una revisión documental previa, para conocer los temas principales de la investigación como envejecimiento, soledad, personas mayores y una contextualización entre otros.

De acuerdo con el propósito de la investigación, se trata de una investigación descriptiva. Según Corbetta, su objetivo principal es describir con precisión las características de una población, fenómeno o campo de interés. Este enfoque se centra en responder a preguntas sobre el "qué" y el "cómo" de la situación estudiada, proporcionando una representación detallada de las variables observadas sin necesariamente establecer relaciones causales entre ellas. Además, según el grado de manipulación del investigador es no experimental debido a que no se realiza ninguna manipulación de variables, sino que se ha tratado de observar y analizar las conexiones existentes entre las dos principales variables de la investigación, como se ha mencionado con anterioridad, soledad y personas mayores (Corbetta, 2003).

Teniendo en cuenta el enfoque temporal, se trata de una investigación transversal debido a que se ha realizado el estudio en los meses de enero a mayo del año 2024 únicamente observando y analizando la problemática de la soledad en personas mayores en el Barrio Oliver, se ha realizado en un momento concreto (Corbetta, 2003).

El área geográfica en la que se ha realizado esta investigación es el Barrio Oliver. Área urbana ubicada en la ciudad de Zaragoza al suroeste del centro histórico de la ciudad, España. En el apartado contextualización se explica más en detalle la situación geográfica del barrio y datos acerca del mismo.

La población objeto de estudio en esta investigación han sido los/as profesionales de Trabajo Social y otros/as profesionales de los diferentes recursos del barrio que trabajan con personas mayores. De esta manera podemos conocer en profundidad los recursos que existen en el barrio para combatir la problemática de la soledad en personas mayores. Aparte de los profesionales del Trabajo Social se ha contado con la participación de educadores sociales y de voluntarios/as.

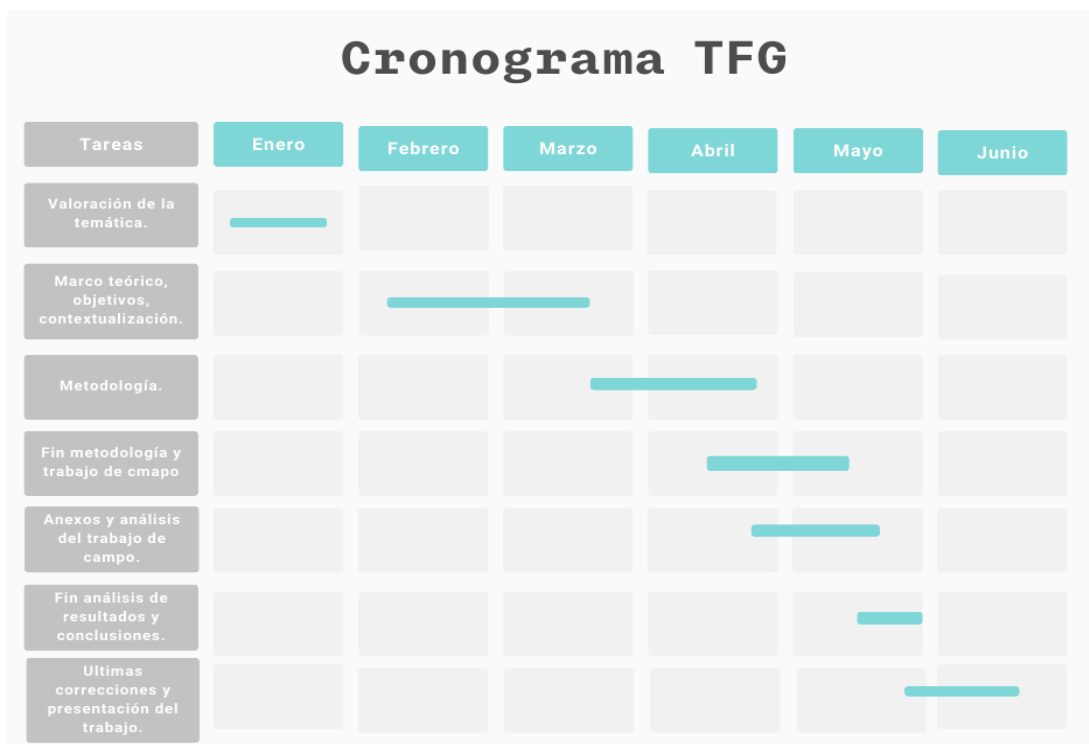
Se ha utilizado como herramienta de recogida de información la entrevista. Según Sampieri (2014) es una técnica de recolección de datos que implica una interacción directa entre el entrevistador y el entrevistado, teniendo como objetivo obtener información sobre un tema específico. Es una herramienta valiosa para obtener datos cualitativos en profundidad y comprender la perspectiva de los participantes sobre el tema de estudio.

Se ha contactado con 6 profesionales que trabajan en el barrio en los diferentes recursos: el centro de salud del barrio, el centro municipal de servicios sociales, Cáritas, el centro de convivencia de Oliver, la unidad pastoral del barrio y el centro comunitario gestionado por la fundación Adunare. Finalmente se han realizado 5 entrevistas. Las entrevistas se han realizado de manera presencial o por correo electrónico. La información detallada de los perfiles de las personas entrevistadas se encuentra en el Anexo 1. Las que se han realizado de manera presencial han tenido una duración aproximada de 30 a 45 minutos.

Las entrevistas realizadas han sido semiestructuradas, según Sampieri (2014), se define la entrevista semiestructurada como una técnica de recolección de datos en la que el investigador dispone de un conjunto de preguntas o temas a tratar, pero también puede improvisar y adaptar la entrevista según el desarrollo de esta y las respuestas del entrevistado. Se ha realizado un guion previo, pero se han aprovechado los temas que han ido surgiendo durante las entrevistas para añadir nuevas preguntas. El guion de las entrevistas se encuentra en el Anexo 2.

Previamente a la realización de las entrevistas se ha facilitado un documento de protección de datos, que se puede encontrar en el Anexo 3. Se ha utilizado para indicar que toda la información aportada en las entrevistas únicamente iba a utilizarse para el propio trabajo y de forma anónima.

La temporalización de este proyecto ha abarcado desde el 27 de noviembre del 2023 hasta el 30 de mayo de 2024. En primer lugar, en el mes de noviembre de 2023 fue elegido el tema y el lugar donde se iba a realizar la investigación. Durante el mes de diciembre de 2023 y enero de 2024, se fueron barajando las diferentes propuestas para decidir cuál era la opción más viable. Posteriormente, de febrero a marzo, se desarrolló el marco teórico, los objetivos y la contextualización del trabajo. En el mes de abril se realizó la metodología y el trabajo de campo, desde mitad del mes de abril hasta mitad del mes de mayo, en total tres semanas y media donde se han realizado las diferentes entrevistas y se ha determinado la forma de realizar el trabajo de campo. Desde finales de abril al mismo tiempo que se realizaba el trabajo de campo se realizaron los anexos y analizando las entrevistas hasta mitad de mayo. Finalmente, hasta final del mes de mayo se ha realizado el análisis de resultados y las conclusiones. El cronograma del trabajo ha sido el siguiente.



Por último, en cuanto al análisis de la información recogida, se ha optado por realizar un análisis de contenido. Según Sampieri (2014), el análisis de contenido es una técnica de investigación utilizada para interpretar y codificar sistemáticamente datos textuales o visuales. Esta metodología permite a los investigadores identificar patrones, temas, y significados dentro del contenido, clasificando la información en categorías que se relacionan con las preguntas de investigación.

El análisis de la información de las entrevistas se ha realizado mediante tres bloques. En primer lugar, se han hecho una serie de preguntas para profundizar en el tema de la problemática de la soledad de las personas mayores en el Barrio Oliver. Posteriormente se ha realizado un bloque de preguntas para conocer los recursos disponibles que tratan la soledad en personas mayores en el barrio y finalmente una serie de preguntas sobre que recursos podrían implementarse en el Barrio Oliver según la perspectiva o experiencia del entrevistado/a. Tocando estos tres temas principales conseguimos tener suficiente información para obtener una visión general de los recursos disponibles en el barrio y que carencias existen respecto a paliar la soledad en las personas mayores.

6. Resultados.

Como se ha señalado anteriormente el análisis de los resultados obtenidos en las entrevistas realizadas a los/as profesionales de trabajo social y profesionales de los diferentes recursos estudiados en el Barrio Oliver, se van a identificar tres bloques.

6.1. Bloque 1: Visión de la problemática de la soledad en personas mayores.

Comenzando con el primer bloque de análisis, se van a analizar las siguientes preguntas:

1. ¿Cuál es su percepción sobre la problemática de la soledad en las personas mayores del barrio Oliver?
2. ¿Qué factores considera que contribuyen a la problemática de la soledad en las personas mayores del barrio?
3. ¿Qué experiencias ha tenido trabajando con personas mayores que enfrentan la soledad en el barrio Oliver?

En cuanto a la visión acerca de la problemática de la soledad en personas mayores hay que destacar que todas las personas entrevistadas comentan que es una cuestión no prioritaria en el barrio ya que es un barrio conflictivo y se tratan antes otras cuestiones sociales como absentismo escolar y toda cuestión relacionada con la familia y la infancia: “Bueno no en segundo plano, pero como hay tanta urgencia en otros temas, que la problemática de las personas mayores se ha quedado un poco atrás. Porque existe una mesa de agentes, pero en ella si se ha tratado algún tema de personas mayores ha sido de refilón” (E2). Explican además:

¿Quién priorizaba el tema de la soledad mayor? Pues bueno, si miramos la Agenda 2030 está, si miramos todos, este tipo de recursos está, pero a la hora de ver movimientos económicos para abordar esta situación en Oliver no hay. El único proyecto de que aborda realmente de barrio la soledad es a través de Macrina (E3).

Por otro lado, comentan acerca la problemática de la soledad en personas mayores en el Barrio Oliver: “Yo no la veo especialmente acuciante, es verdad que también hay personas que son reacias a pedir ayuda, entonces probablemente esas sean las que más quedan ocultas” (E4).

Con respecto a la segunda pregunta, los factores que contribuyen a la soledad de las personas mayores en el Barrio Oliver las respuestas han sido similares señalando como posibles factores el fallecimiento de la pareja, la falta de cuidado de sus hijos, la falta de relaciones sociales, o las características personales:

Pues bueno, factores hay algunos que te encuentras que es soltera [...] Y luego también hay que se les muere la pareja y es un momento en el que al principio los hijos se vuelcan mucho pero después como cada uno tiene su vida ellos se sienten solos. [...] Ahora, cuando ya no pueden salir, para mí es el mayor problema porque para mí la soledad se hace más fuerte. Hay gente que se pasa mucho tiempo sin hablar y cuando vas, ya te puedes preparar los oídos (E1).

El primer punto digamos que es falta de relaciones sociales, me da igual hijos que amigos. Luego las características personales de la persona, es decir, hay estudios sobre sociotipos que vienen a decir que hay personas que necesitan hablar 4 horas al día y hay personas que necesitan hablar 1 hora [...] Luego problemáticas físicas, psicológicas, es decir, perfiles depresivos que te impidan salir a la calle a hacer actividades o problemas físicos que te impidan salir. Puede ser patología física o motivacional (E3).

Pues a ver, el tema de la viudedad es bastante importante porque al final los hijos, aunque tengas hijos, cada uno lleva su vida y tiene poco tiempo para dedicar a los padres. Entonces yo creo que el tema de la viudedad y gente que ha sido soltera toda la vida (E4).

Sobre la última pregunta de este bloque, acerca de las experiencias de los profesionales enfrentando la soledad en el Barrio Oliver, podemos destacar la experiencia de E1 y E2 debido a que dichos entrevistados son los que trabajan en recursos específicos para paliar la soledad en personas mayores. Por otro lado, E3 tiene mucha experiencia trabajando con las diferentes problemáticas que afectan al colectivo de las personas mayores:

Bueno primero, yo llevaba mucho tiempo en País Vasco, llevaba muchos años haciendo este servicio en un pueblo donde, aunque tiene casi 9 mil habitantes sin embargo nos conocemos mucho. Y realmente venia de una experiencia muy bonita, de acompañar, hasta el final incluso y bueno pues de mucha riqueza humana, de recibir y de dar (E1).

Ofrecemos un espacio para que las personas vengan aquí ofreciéndoles diferentes actividades atractivas para la edad que tienen los usuarios de este centro. Y con que vengan aquí y conozcan a otras personas y se relacionen pues es positivo. [...] Pues eso es una “excusa” para que ellos generen lazos con otras personas de su edad ya sea de amistad o simplemente para venir aquí y se relacionen. Además, así se dan cuenta de que hay otras personas que tienen las mismas inquietudes y las mismas preocupaciones que ellos, pueden compartir esas inquietudes, pueden hablar con otra gente de los problemas que se llevan de otra manera que si están solos en casa (E2).

Bueno, pues lógicamente desde el despacho, cuando viene una persona que se observa, es decir, que tras realizar un diagnóstico de la situación como profesional, tú valoras que además de todo lo que te cuenta, hay un problema de soledad. Derivas a espacios, a actividades, llevas al comedor, derivas a muchos sitios y a veces sí que tienes una respuesta, pero otras se quedan ahí (E3).

Además, las personas entrevistadas destacan que les ha parecido muy importante la creación de la Mesa del Mayor, impulsada por el trabajador social del Centro Municipal de Servicios Sociales, para poner voz a los problemas y situaciones que sufren las personas mayores en el barrio: “En la Mesa del Mayor remamos todos en un mismo sentido, tenemos muy claro los recursos que existen, y la disponibilidad de los mismos lo que hace que podamos atender mejor las demandas de nuestros usuarios a la hora de derivar por ello se crea una coordinación excelente” (E2).

El hecho de la Mesa del Mayor que nos reunimos de distintas entidades, donde vas conociendo un poco lo que hay. Porque solo abriendo los ojos y paseando por el barrio se ve que hay mucha gente sola, pero claro ahora en lo de la Mesa del Mayor ya te da un poco de visión. Si nos juntamos es para tratar los problemas que vemos y buscar la mejor manera para afrontarlos (E1).

En resumen, la problemática de la soledad en personas mayores es algo evidente en el barrio y una realidad que gracias a la iniciativa de la creación de la Mesa del Mayor va tomando más importancia y

se conoce más acerca de recursos y de las diferentes situaciones que sufren las personas mayores del Barrio Oliver. Asimismo, podemos decir que los entrevistados coinciden con las principales causas de la soledad en las personas mayores.

6.2. Bloque 2: Recursos del barrio y la relación existente con paliar la soledad en las personas mayores y coordinación entre recursos.

En cuanto al segundo bloque, donde se tratan los recursos disponibles en el barrio para las personas mayores y como estos afectan a la solución de la problemática de la soledad en las personas mayores en Oliver. Las preguntas que se van a analizar son las siguientes:

1. ¿Cuáles son los recursos actualmente disponibles en el barrio Oliver para apoyar a las personas mayores?
2. ¿Cómo describiría el impacto de estos recursos en la disminución de la soledad en las personas mayores?
3. ¿Ha identificado alguna limitación o área de mejora en los recursos existentes para abordar la soledad en este grupo demográfico? ¿Existe coordinación entre las entidades del barrio?

En cuanto a los recursos disponibles en el barrio podemos decir que todas las personas entrevistadas están de acuerdo en que los recursos existentes son numerosos, tanto en el Centro de Convivencia de mayores, como en el Centro Comunitario, en el Centro Cívico y demás agentes del barrio: “Pues a ver, la verdad es que tienen bastante de todo, porque en el centro de mayores también hacen pues el tema de talleres de brecha digital, hacen temas más físicos, en el centro comunitario también tienen las actividades. Cáritas tiene un recurso que es la residencia” (E4). Señalan además:

Pues de los recursos que hay yo veo muy bueno el centro de mayores que hay cursos, hay baile y me encanta que puedan ir a bailar, que hay cantidad de cosas que a las personas mayores les viene muy bien incluso un grupo de hablar. [...] Luego en el centro cívico, también hay muy buenas actividades, en el centro comunitario igual que en el cívico no solo ofrecen cosas para personas mayores, pero tienen algunas cosas para los mayores (E1).

Con respecto al impacto de los recursos existentes en el barrio, las personas entrevistadas comentan que ciertamente, aunque estos no tengan como principal objetivo paliar la soledad en las personas mayores, contribuyen a esa causa debido a que cualquier actividad que se realice ya te obliga a salir de casa y no quedarte solo y encerrado y por supuesto da pie a socializar. Aunque una actividad no tenga como finalidad paliar la soledad de una persona el simple hecho de que esa persona tenga que salir de su casa, tenga que socializar con otra gente, se sienta parte de un grupo y tenga más contacto humano que el de estar en casa todo el día encerrado viendo la televisión sin hablar con nadie. Eso ya es un gran alivio para una persona que se siente sola. Las personas entrevistadas han comentado lo siguiente: “Entonces todas las actividades que se hacen, aunque su objetivo no sea paliar la soledad, todas en el fondo lo hacen ya que el simple hecho de participar ya te hace sentir parte de algo y te ayuda a pasar tu tiempo y a entretenerte” (E1). Otros entrevistados/as aportan:

Hicieron un grupo para salir a pasear todos los días o X días a la semana, entonces eso ya pues te obliga a salir de casa, interactuar, cualquier actividad ya que te obliga a salir de casa y como el centro comunitario mismo el comedor, aunque solo sea salir, comer con alguien y volver a casa, tiene un impacto positivo (E4).

Y con que vengan aquí y conozcan a otras personas y se relacionen pues es positivo. [...] Además, así se dan cuenta de que hay otras personas que tienen las mismas inquietudes y las mismas preocupaciones que ellos, pueden compartir esas inquietudes, pueden hablar con otra gente de los problemas que se llevan de otra manera que si están solos en casa (E2).

Ahora bien, teniendo en cuenta los numerosos recursos y actividades para personas mayores cuyo objetivo principal no es paliar la soledad en personas mayores, existen algunos recursos específicos que si tienen ese objetivo. En concreto desde la Pastoral del Barrio Oliver, existe un recurso en el que ofrecen acompañamiento a personas que se encuentran solas. Como contó la entrevistada de este agente del barrio, son un grupo de 8 personas que se dedican a acompañar en el domicilio o a personas que se encuentran solas pero que aún pueden salir a la calle, dándoles apoyo y compañía. Este grupo está gestionado por las propias mujeres participes del grupo. Van a los domicilios y a parte de su gran labor realizan entre ellas un grupo de apoyo para mejorar la atención que ofrecen a sus usuarios y mejora de sus habilidades: “Y bueno nosotras nos juntamos cada 15 días para prepararnos, hacer valoraciones de las personas que visitamos y leemos un libro de Carlos Bermejo que es un autor que trabajó mucho con personas mayores y el duelo, la soledad, etc.” (E1). Otras personas entrevistadas comentan:

Cuando ya empezamos solas ya lo vio el párroco le dijimos que si nos podía ayudar a conocer gente sensible que nos diga quien puede necesitar algo así, tú nos puedes decir a quien se le puede invitar que conoces a mucha gente. Y al final nos dijo algunas personas, y fuimos hablando y tal y bueno al final somos 8 personas que formamos el grupo. Y comenzamos con la gente que nos iban diciendo, primero que veíamos nosotras cerca de la parroquia (E1).

No, vamos a su casa. Con algunos quedas con ellos y si hace bueno pues salimos a dar una vuelta al parque porque hay algunos que les cuesta andar y no pueden salir solos a la calle, entonces salimos a dar una vuelta, hablas con ellos una hora y media o dos horas y charlamos, escuchamos (E1).

Desde el Centro de Convivencia de Mayores también existe un recurso específico para paliar la soledad de las personas mayores del barrio.

Se llama Nos gusta hablar, es el espacio destinado específicamente a paliar situaciones de soledad no deseada. Porque se plantea como un espacio abierto donde todo el mundo que quiera puede acudir y mantener una conversación, pero claro, se tiene que dar la circunstancia de que cuando una persona vaya haya otras para poder hablar (E2).

Comentó que este espacio dos días a la semana está dirigido por una persona contratada por el centro, esta propone un tema o varios para que de pie a que las personas que hayan acudido puedan conversar durante hora y media acerca del tema planteado:

Lo que se pretende es que al menos una vez o dos por semana, haya un día que se diga vamos a quedar en este sitio y vamos a hablar de lo que sea, se plantea un tema que puede llevar a otro. Lo ideal sería que una persona voluntaria igual que las que llevan los talleres, dirigiera este espacio y el taller. Como hasta ahora no hemos encontrado a ninguna persona que quiera gestionar este espacio, porque al final, aunque sea voluntariado lleva tiempo. En tanto que se encuentra a esa persona, hay un profesional encargado en dinamizar el espacio. Los martes por la tarde viene una persona y desde las 5.30 a las 7, esta persona les plantea temas y hablan de lo que surge (E2).

Este recurso es una muy buena idea, pero con la falta de un dinamizador voluntario que acuda más seguido para que se realice esta actividad es complicado que se autogestione y aumente la afluencia de usuarios. E2 lo explica de la siguiente manera:

Están asistiendo unas 8 o 9 personas, la afluencia es buena pero como se da en otros centros igual que aquí, si no hay dinamizador luego se diluye esa asistencia, porque llegan y claro la situación en la que están en la mayoría de las ocasiones no permite que los mismos miembros sean los dinamizadores (E2).

Siguiendo en la línea de que, sin un dinamizador, grupos como este espacio “Nos gusta hablar”, es complicado que salga bien y que perdure en el tiempo, E3 comenta:

Yo quiero venir a hablar porque no tengo con quién hablar. Y entonces, si ves a alguien, te acercas. ¿Pero quién está ahí? ¿Quién es el primero? Entonces, en estas cosas los primeros pasos los tienen que dar junto a profesionales y para eso tienen que dotar de Recursos Humanos desde la administración pública. Me da igual a través de subvenciones a entidad privada que contratando a profesionales (E3).

Analizando la tercera pregunta del bloque, los entrevistados tienen visiones muy similares. Todos consideran que tras la creación de la Mesa del Mayor hay un antes y un después con respecto a la coordinación entre recursos y agentes del barrio. Además, comentan que la coordinación existente entre entidades y profesionales es muy buena:

Y luego el hecho de la Mesa del Mayor que nos reunimos de distintas entidades, donde vas conociendo un poco lo que hay. Porque solo abriendo los ojos y paseando por el barrio se ve que hay mucha gente sola, pero claro ahora en lo de la Mesa del Mayor ya te da un poco de visión. Si nos juntamos es para tratar los problemas que vemos y buscar la mejor manera para afrontarlos (E1).

Además, yo creo que el haber creado esta Mesa del Mayor vaya una persona mayor a un recurso u a otro sabemos que cuando nos cuente su necesidad principal sabemos de qué recursos disponemos, quien los ofrece y nos facilita mucho a la hora de derivar a estas personas a los recursos más adecuados para ellas (E2).

Pero es que ya a raíz de la Mesa del Mayor ya la coordinación aumenta, además viene María de Cáritas, el PIBO y los que te he mencionado, bueno, y las entidades sociales representantes,

por ejemplo, que me estabas comentando la pastoral, el presidente de la Junta, del centro de convivencia y demás presidentes o representantes de las asociaciones del barrio. Entonces ahí sí que se ha podido organizar una mesa de coordinación donde realmente se hable de la problemática del de las personas mayores (E3).

Sí, yo creo que hay bastante coordinación y por eso además también se hizo en la Mesa del Mayor, entonces tenemos todos los contactos y conocemos más o menos todo lo que hacen el resto, entonces si a uno le llega una familia con una problemática ya sabe un poco, si te interesa hacer esto puedes acudir a este recurso y a varios a la vez, yo creo que en general la coordinación es buena (E4).

En resumen, existen en el barrio muchos recursos y actividades para personas mayores que, aunque no tengan como objetivo principal paliar la problemática de la soledad en personas mayores, contribuyen a este fin. Además, se cuenta con dos recursos específicos uno llevado a cabo desde la Pastoral del barrio y otro desde el Centro de Mayores. En cuanto a la coordinación entre recursos es muy buena y destaca la creación de la Mesa del Mayor como una iniciativa muy positiva para el conocimiento de los diferentes recursos en el barrio y la coordinación entre profesionales y entidades.

6.3. Propuesta de nuevos recursos específicos.

Para el análisis de este último bloque vamos a analizar las siguientes preguntas:

1. Basándose en su experiencia, ¿Qué nuevos recursos considera que podrían ser beneficiosos para reducir la soledad en las personas mayores del barrio Oliver?
2. ¿Cómo cree que estos nuevos recursos podrían abordar las necesidades específicas de las personas mayores y complementar los recursos existentes?
3. ¿Qué desafíos cree que puede haber en la implementación de estos nuevos recursos y cómo podrían superarse?

Con respecto a la primera pregunta, se proponen diferentes recursos específicos para paliar la soledad en personas mayores, las personas entrevistadas comentan en varias de las entrevistas que no incorporarían ningún recurso, sino que mejorarían los recursos existentes. Por otro lado, otros/as profesionales incorporarían algún servicio específico de psicología y establecer redes potentes de voluntariado mediante educadores de calle que saquen a las personas mayores en situación de soledad de sus casas y tiren de ellos para que participen en actividades de la comunidad y vaya paliándose de tal manera la gran problemática de la soledad. Los recursos mencionados por los diferentes profesionales son los siguientes:

Yo igual diría el tema que creo que no tiene ninguno igual es el de apoyo psicológico, porque al final pues claro, la soledad lleva ahí una problemática psicológica que ellos muchas veces tampoco quieren, entonces poco a poco igual el tema de apoyo psicológico es el que más he hecho en falta (E4).

Como propuestas...sería conveniente poder organizar a grupos de personas para poder establecer una red de voluntariado. Sería conveniente poder analizar la situación global de la soledad en el barrio y ver opciones para poder “descubrir” las situaciones a las que en el presente no estamos siendo capaces de llegar (E5).

Lo que incorporaría sería un proyecto que dinamizase esa misma gente que se siente sola y más o menos sea joven dentro de tercera edad, no cuarta, que podrían ser incluso formar parte de una red y que, además, pues quiero decir, cuando una persona está sola y otra persona está sola, dos personas solas que se juntan ya no son dos personas solas. [...] Implementar recursos movilizados. Sea como te he dicho yo, yo creo que es interesante una red de profesionales que quiero decir, voluntarios hay, pero no, no es lo mismo que haya educadores de calle para personas mayores, llámalos x, pero a gente con responsabilidad, no que lo haga de forma voluntaria (E3).

Como se ha mencionado con anterioridad, el resto de profesionales apuestan por mejorar los recursos existentes ya que consideran que con la gran oferta de actividades que existe en el barrio se podría llegar a erradicar el problema de la soledad de las personas mayores.

Yo creo que los recursos que hay son suficientes que podría haber mayor oferta, pero no sé si sería posible al menos desde aquí sería imposible. Además, yo creo que el haber creado esta Mesa del Mayor vaya una persona mayor a un recurso u a otro sabemos que cuando nos cuente su necesidad principal sabemos de qué recursos disponemos, quien los ofrece y nos facilita mucho a la hora de derivar a estas personas a los recursos más adecuados para ellas (E2).

A mí me encantaría que un grupo del estilo del nuestro, ósea que nuestro grupo es pobre somos 8, cada una, damos muchas horas y es complicado llegar a todo. Para mí este grupo tiene mucho sentido, pero me parece pobre porque estamos ahí viendo como afrontamos a las personas que tenemos que son como unas 10 personas y todos no tienen las mismas necesidades. Entonces creo que con esto mejor asentado y con gente más dinámica estaría mucho mejor (E1).

Respecto a los desafíos que se pueden dar ante la implementación de nuevos recursos para el barrio principalmente como era previsible el principal obstáculo son los recursos económicos y falta de coordinación para llevar a cabo cosas tan importantes como un consejo de Salud en el barrio. Las personas entrevistadas comentan:

Principalmente los recursos económicos. Yo creo que el problema de los recursos económicos es que cuando hay dinero se hacen parches, se hacen parches que además muchas veces se pueden hasta duplicar una de las cosas, por ejemplo, lo que se llama junto ambos es para intentar no duplicar (E3).

Están ahí un poco peleando porque hace tiempo en tema de salud, que no se hace consejo de salud en el barrio y eso sí que ha habido varias personas en las asociaciones de vecinos, que yo diría que son mayores, que han demandado, claro porque al final puedes dar tu opinión,

puedes preguntar, consultar, pero quitando eso tampoco creo que se haya propuesto nada que no se haya hecho (E4).

En resumen, se puede decir que crear nuevos recursos en el barrio con la cantidad de actividades y acciones que hay en el barrio es complicado por la falta de recursos sobre todo económicos y humanos. Algunos profesionales apuestan por mejorar los recursos ya existentes y otros en cambio si consideran necesario la implementación de algunos para conseguir paliar la soledad en las personas mayores. Los principales inconvenientes para la implementación de estos recursos como comenta E3, el principal obstáculo son las partidas económicas y la escasez de profesionales.

7. Conclusiones y discusión.

El presente Trabajo de Fin de Grado ha permitido comprender de manera profunda la problemática de la soledad en las personas mayores del Barrio Oliver, así como identificar los recursos existentes y proponer mejoras basadas en las necesidades detectadas por los profesionales del Trabajo Social y otros agentes del barrio.

La soledad en las personas mayores no se considera una prioridad en el Barrio Oliver debido a la presencia de múltiples problemáticas en la comunidad, como el absentismo escolar y cuestiones relacionadas con la familia y la infancia. Sin embargo, todas las personas entrevistadas reconocen que es un problema existente que necesita atención.

En cuanto a las conclusiones que se han podido recoger acerca de los factores que contribuyen a la soledad en las personas mayores las personas entrevistadas coinciden con los autores Pinazo y Donio (2018) exponen que, la soledad se ve producida por la pérdida del cónyuge, por la reducción de la red social, entre otras. Asimismo, ambas partes coinciden en que la soledad afecta a las personas con problemas de salud tanto física como mental. De acuerdo con lo expuesto por los autores Vaillant y Mukamal (2001) el envejecimiento se puede conceptualizar desde tres perspectivas, disminución, cambio y desarrollo, coincidiendo con los resultados obtenidos. Desde la perspectiva de la disminución las personas mayores sufren cambios en sus órganos y reacción ante estímulos, desde el cambio, se observan cambios físicos y desde el desarrollo las personas mayores comienzan a ver la vida de manera diferente. Todas estas aportaciones teóricas coinciden con las respuestas de las personas entrevistadas a lo largo de la investigación.

Existen numerosos recursos en el Barrio Oliver destinados a las personas mayores, incluyendo el Centro de Convivencia de Mayores, el Centro Comunitario y diversas actividades organizadas por entidades como el Centro Cívico. La participación en actividades comunitarias, ya sean físicas, educativas o sociales, ayuda a las personas mayores a salir de casa, interactuar con otros y sentirse parte de una comunidad. Todas las personas entrevistadas destacan que este tipo de interacción es crucial para reducir sentimientos de soledad y aislamiento debido a que estos recursos, aunque no estén específicamente diseñados para combatir la soledad, contribuyen indirectamente a su mitigación al fomentar la participación y la interacción social entre iguales.

Impacta considerablemente como todas las personas que han sido entrevistadas han destacado la creación de la Mesa del Mayor y la labor que realiza el profesional precursor de dicha mesa. Las

personas entrevistadas comentan que esta mesa ha fomentado mucho la coordinación entre las diferentes entidades del barrio y ha abierto a los/las profesionales un gran abanico de posibilidades para derivar a usuarios que acuden a sus entidades y no pueden atender al 100% su demanda. El juntarse en un mismo espacio representantes de todos los recursos y conocer todo lo que ofrece el resto de agentes del barrio es un gran privilegio y avance en la coordinación y en la mejora de la calidad de vida y atención del colectivo de personas mayores en el barrio.

Las conclusiones acerca de nuevos recursos para implementar en el barrio han sido como se ha observado en los resultados un tanto variada. Por un lado, algunos-as entrevistados apuestan por la mejora de recursos específicos que estos ofrecen en el caso de otras personas entrevistadas, optan por ofrecer un servicio de acompañamiento en casa a personas mayores principalmente que se encuentran solas y tienen sentimiento de soledad.

Este recurso está impulsado por la Pastoral del Barrio Oliver y gestionado por las mismas participantes del grupo. La entrevistada comenta que las personas que participan en el programa no llegan a todo que pueden abarcar a pocas personas y haría falta mucha más gente para dinamizar el grupo y que este fuera mucho más efectivo.

Por otro lado, el recurso específico que pertenece al Centro de Convivencia de Mayores denominado “Nos gusta Hablar” como nos comentaba el trabajador social del centro, es un recurso en el que si no hay un dinamizador o el mismo grupo se autogestione es complicado que se lleve a cabo y obtenga resultados importantes en cuanto a paliar la soledad en las personas mayores. Dicho espacio resumidamente consta de un lugar donde se reúnen unos días a la semana a conversar acerca de temas propuestos por un dinamizador, el resto de días sigue abierto para que acuda la gente que necesite hablar, esta parte es la que no tiene mucho éxito ya que sin dinamizador las personas no se animan a acudir al recurso.

Sin embargo, otros/as profesionales proponen algún tipo de recurso que tenga relación con apoyo psicológico ya que en el propio barrio no hay ninguna herramienta específica para personas mayores que toque esa área que es importante tratar también a la hora de intentar erradicar la soledad o por lo menos paliarla ya que como se ha mencionado anteriormente la soledad tiene como consecuencia deterioro físico y psicológico.

Las propuestas incluyen, además, más educadores de calle para personas mayores que tiren de ellas sobre todo en casos más severos donde la propia persona no quiere salir de casa. Educadores que puedan dinamizar los espacios y a las personas mayores del barrio para intentar crear una red de vecinos que se encarguen pasado un tiempo de dinamizar a estas personas más vulnerables para de esta manera minimizar las situaciones de soledad.

Como limitaciones encontradas por los/las profesionales del barrio a la hora de poder incorporar o mejorar estas propuestas para paliar la soledad en el colectivo de personas mayores, el principal inconveniente es el económico. No existen partidas de dinero que lleguen por parte del Ayuntamiento de la ciudad ni del Gobierno de Aragón ni mucho menos del Estado para invertir en recursos específicos para paliar la soledad en personas mayores. Comenta alguna de las personas entrevistadas

que no llegan en general muchos recursos económicos pero los pocos que llegan se utilizan para hacer parches en otras materias y problemáticas del barrio.

La investigación ha revelado que, aunque la soledad en las personas mayores no es vista como la problemática más urgente en el Barrio Oliver, sigue siendo un tema relevante que merece atención. La percepción de los profesionales destaca la necesidad de revalorizar este problema y buscar soluciones que vayan más allá de las intervenciones tradicionales.

El análisis de los recursos disponibles ha demostrado que, aunque existen múltiples iniciativas beneficiosas, estas pueden no estar suficientemente focalizadas en la soledad. Por ello, es fundamental implementar estrategias específicas que tengan como objetivo directo reducir el aislamiento social. Además, la coordinación entre las distintas entidades y recursos en el barrio es crucial para ofrecer un apoyo más integral y efectivo. La creación de redes de colaboración y comunicación entre los diferentes servicios como la creación de la Mesa del Mayor ha potenciado significativamente el impacto de las intervenciones para personas mayores en el barrio.

En conclusión, este trabajo no solo ha proporcionado una visión detallada de la situación actual, sino que también ha abierto la puerta a nuevas posibilidades de intervención y mejora, subrayando la importancia de una atención específica y coordinada para abordar la soledad en las personas mayores del Barrio Oliver.

8. Limitaciones del estudio y futuras líneas de investigación.

En el presente apartado se realiza una recopilación de las limitaciones encontradas a lo largo de la realización del trabajo, así como la exposición de nuevas líneas de investigación que se podrían realizar en el futuro.

Respecto a las limitaciones que han ido surgiendo se destaca la dificultad para concretar los encuentros con los-as profesionales debido a que la carga que tienen de trabajo es alta y poder concertar una cita con dichos profesionales ha sido un tanto complicado y se ha ido alargando en el tiempo. Asimismo, una de las entrevistas se ha tenido que realizar mediante correo electrónico debido a la imposibilidad de cuadrar horarios.

Otra limitación que trastocó un poco el camino del presente trabajo fue la imposibilidad de poder contactar con la trabajadora social del Centro de Salud del barrio. Una de las entrevistas que consideraba más importante era esa ya que es el recurso donde las personas mayores acuden habitualmente y donde puede que se detecten más casos de soledad ya que en el resto de recursos del barrio tiene que haber un punto de iniciativa de la propia persona para acudir a él mientras que en el Centro de Salud, los propios profesionales de la salud en consulta pueden detectar situaciones de soledad u otros problemas aunque el enfermo no acuda a esa cita por ese motivo.

En cuestión de futuras líneas de investigación que se podrían realizar se propone lo siguiente.

A partir de los hallazgos de este estudio sobre la soledad en personas mayores en el Barrio Oliver, surgen varias líneas de investigación que podrían ser desarrolladas en el futuro para profundizar en la comprensión y abordaje de esta problemática. Una posible línea de investigación futura podría centrarse en la evaluación de los efectos de los nuevos recursos implementados. Dado que este estudio ha propuesto la implementación de apoyo psicológico y redes de voluntariado, sería relevante realizar un seguimiento a largo plazo, si estos se implementaran, para evaluar su efectividad en la reducción de la soledad y el aislamiento social entre las personas mayores del barrio. Esta investigación podría medir no solo los cambios en los niveles de soledad percibida, sino también en otros indicadores de bienestar y salud mental.

Otra línea de investigación importante sería la exploración de la soledad en otros grupos demográficos dentro del barrio, como personas de mediana edad o jóvenes que también pueden experimentar soledad, pero en diferentes contextos y por razones distintas. Comprender cómo la soledad afecta a diferentes grupos según su edad y sus interacciones con las personas mayores podría ofrecer una visión más integral y permitir la creación de estrategias de intervención intergeneracionales. Investigaciones como estas podrían dar lugar a dinámicas sociales que hasta ahora han sido pasadas por alto y proporcionar una base sólida para programas comunitarios que promuevan la inclusión social a través de la convivencia intergeneracional.

Adicionalmente, se podría investigar el impacto de las nuevas tecnologías en la mitigación de la soledad en personas mayores. Con el aumento de la digitalización, es fundamental explorar cómo las herramientas tecnológicas, como las plataformas de videollamadas y redes sociales, pueden ser utilizadas para mantener a las personas mayores conectadas con sus familias y comunidades. Este estudio podría identificar barreras tecnológicas y proponer soluciones para mejorar el acceso y la alfabetización digital entre los mayores, evaluando también la efectividad de estas herramientas en comparación con las interacciones cara a cara.

Finalmente, una línea de investigación que podría proporcionar información valiosa sería el análisis de políticas públicas y su efectividad en la atención a la soledad de las personas mayores. Comparar las políticas locales, regionales y nacionales dirigidas a este grupo puede identificar mejores prácticas y áreas de mejora. Investigaciones comparativas con otros barrios o ciudades podrían destacar enfoques que podrían ser adaptados o replicados en el Barrio Oliver.

Estas futuras líneas de investigación no solo contribuirían a un entendimiento más profundo de la soledad en las personas mayores, sino que también ayudarían a diseñar intervenciones más efectivas y sostenibles que mejoren la calidad de vida de esta población más vulnerable.

9. Bibliografía y webgrafía.

- Bazo, M. (1998). Vejez dependiente, políticas y calidad de vida. *Revista Papers*, 56, 143-161.
- Beltrán, R. (2017). *Oliver, algo más que un problema urbanístico*. <https://barriooliver.com/oliver-mas-problema-urbanistico/>

- Bermeja, A. I., & Ausín, B. (2018). Programas para combatir la soledad en las personas mayores en el ámbito institucionalizado: una revisión de la literatura. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 53(3), 155-164. Ediciones Doyma, S.L. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0211139X17301282?via%3Dihub>
- Castro, M. P. (2010). Soledad y envejecimiento: Cómo evitar que este binomio se cumpla. En Hartu-Emanak (Ed.), *La autonomía personal y la dependencia en el proceso de envejecimiento (X Jornadas)* (pp. 33-45). Bilbao. <https://doi.org/10.978-84-613-8155-5>
- Castro, M. P. (2015). El sentimiento de soledad en las personas mayores y su relación con la atribución causal y el afrontamiento. Universidad de Deusto. <https://repositorio.deusto.es/server/api/core/bitstreams/edb7e7fc-1ff5-44fe-96b2-3d1655c3061e/content>
- Cataluña, D. (2023). *Tipos de soledad*. Instituto Europeo de Psicología Positiva. <https://www.iepp.es/tipos-de-soledad/>
- Chan, A., Prassana, R., Ma, S., y Malhotra, R. (2015). *Loneliness and all-cause mortality in community dwelling elderly Singaporeans*. *Demographic Research*, 32, 1361-1382.
- Corbetta, P. (2003). *Metodología y técnicas de investigación social*. Recuperado el 11 de abril de 2024 de <https://sociologiaccpp2010.files.wordpress.com/2011/10/metodologic2a6c3bca-y-tec2a6c3bccnicas-de-investigacioc2a6c3bcn-social-piergiorgio-corbetta.pdf>
- Cotterell, N., Buffel, T., y Phillipson, C. (2018). *Preventing social isolation in older people*. *Maturitas*, (nº 113), págs. 80- 84. <https://doi.org/10.1016/j.maturitas.2018.04.014>
- Dahlberg, L., McKee, K. J., y Corr, A. (2018). General and mental health related predictors of healthcare utilization among older adults in Sweden. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 75, 120–128. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2017.11.011>
- Donovan, N. J., Wu, Q., Rentz, D. M., Sperling, R. A., Marshall, G. A., y Glymour, M. M. (2017). Loneliness, depression and cognitive function in older U.S. adults. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 32(5), 564-573.
- Ebrópolis (2023). *Diagnóstico Barrio Oliver Ebrópolis*. <https://ebropolis.es/observatorio-urbano/informes-de-ebropolis/>
- Gale, C. R., Westbury, L., y Cooper, C. (2018). Social isolation and loneliness as risk factors for the progression of frailty: The English Longitudinal Study of Ageing. *Age and Ageing*, 47(3), 392-397.
- Gené-Badia, J., Ruiz-Sánchez, M., Obiols-Masó, N., Oliveras, L., y Lagarda, E. (2016). *Aislamiento social y soledad: ¿qué podemos hacer los equipos de atención primaria?* *Atención Primaria*, 48(10), 635-637. <file:///C:/Users/ruber/Downloads/S0212656716301809.pdf>

- Sampieri, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6a ed.). McGraw-Hill Education.
- Instituto Nacional de Estadística. (2021). *Encuesta continua de hogares*. [Conjunto de datos]. Instituto Aragonés de Estadística. (IAEST) https://www.aragon.es/documents/20127/1909615/20210407_comunicado_ECH2020.pdf/40b1caf8-1f10-f723-1beb-3a089f7798c2?t=1617792571471
- Laforest, J. (1991). *Introducción a la gerontología. El arte de envejecer*. Barcelona: Herder. (pp. 79-173). <https://holossanchezbodas.com/wp-content/uploads/2021/03/Vejez-Laforest-original-2.pdf>
- Luo, Y., y Waite, L.J. (2014). Loneliness and mortality among older adults in China. *The Journals of Gerontology: Series B, Psychological Sciences and Social Sciences*, 69(4), 633-645.
- Moreno, M., y Alvarado, A. (2007). *Aplicación del modelo de adaptación de Roy para el cuidado de enfermería en el anciano sano*. En M. Gutiérrez (Ed.), *Adaptación y cuidado en el ser humano: una visión de enfermería*. Bogotá: Manual Moderno, Universidad de la Sabana.
- Organización Panamericana de la Salud. (s.f.) (2018) *América Latina y el Caribe por un envejecimiento saludable y activo*. Recuperado el 02 de abril de 2024, de <https://iris.paho.org/handle/10665.2/34891>
- Palma-Ayllón, E., y Escarabajal-Arrieta, M. D. (2021). *Efectos de la soledad en la salud de las personas mayores*. *Gerokomos*, 32(1), 22-25. <https://doi.org/10.4321/s1134-928x2021000100006>
- Peplau, L. A., y Perlman, D. (1982). *Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy*.
- Pérez, J., Abellán, A., Aceituno, P. y Ramiro, D. (2020). "Un perfil de las personas mayores en España, 2020. Indicadores estadísticos básicos". Madrid, *Informes Envejecimiento en red* nº 25, 39p. <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/enred-indicadoresbasicos2020.pdf>
- Pinazo, S., y Donio, M. (2018). *La soledad de las personas mayores. Conceptualización, valoración e intervención. Estudios de la fundación Pílares para la autonomía personal. Colección Estudios de la Fundación, nº5*. https://www.euskadi.eus/contenidos/documentacion/doc_sosa_soledad_mayores/eu_def/fpilares-estudio05-SoledadPersonasMayores-Web.pdf
- Ayuntamiento de Zaragoza, (2020). *PIBO- Recursos de Oliver - Barrio Oliver · Zaragoza. Barrio* <https://barriooliver.com/recursos-de-oliver/>
- Real Academia Española. (s.f.). Soledad. En *diccionario de la lengua española*. Recuperado el 17 de marzo, 2024, de <https://dle.rae.es/soledad?m=form>

- Rosa, T., Benicio, M., Latorre, M., y Ramos, L. (2003). *Determinant factors of functional status among the elderly*. *Revista de Saúde Pública*, 37, 40-48.
- Rodríguez, M. (2008). *La soledad en el anciano*. [Loneliness in the elderly]. Abril 2008. EUI Fundació de Gestió Sanitària de l'Hospital de la Santa Creu i Sant Pau (UAB). Tutora: Mercè Abades Porcel.
- Sampieri, R. H., Fernández, C., y Baptista, L. P. (2014). *Metodología de la investigación (6ª ed.)*. McGraw-Hill Education.
- Instituto Nacional de Estadística (INE). (2023). *Estadísticas sobre la población mayor en España*. https://www.ine.es/prensa/censo_2022_2023.pdf
- Institute On Aging. (2021) *Soledad y aislamiento social: Consejos para mantenerse conectado*. (s. f.). National <https://www.nia.nih.gov/espanol/soledad-aislamiento-social/soledad-aislamiento-social-consejos-mantenerse-conectado#:~:text=La%20soledad%20y%20el%20aislamiento%20social%20son%20diferentes%20pero%20est%C3%A1n,se%20puede%20interactuar%20con%20regularidad>.
- Tomstad, S., Dale, B., Sundsli, K., Saevareid, H. I., y Söderhamm, U. (2017). *Who often feels lonely? A cross-sectional study about loneliness and its related factors among older home-dwelling people*. *International Journal of Older People Nursing*, 12(4), 1-10.
- Vaillant, G., y Mukamal, K. (2001). *Successful Aging*. *American Journal of Psychiatry*, 158, 839-847.
- Waite, L. A. (2015). *Relationships Between Marriage and Health: Perspectives From the Longitudinal Study of Aging*. In R. Settersten Jr. & J. L. Angel (Eds.), *Handbook of Sociology of Aging* (p. 413–428). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-09846-0_28
- Yanguas J., Cilveti, A., Hernández, S., Pinazo, S., Roig, S., y Segura, C. (2018a). *El reto de la soledad en la vejez*. *Zerbitzuan (Vitoria-Gasteiz)*, (nº 66), págs. 61–75. <https://doi.org/10.5569/1134-7147.66.05>
- Yanguas, J., Pinazo, S. y Tarazona, J. (2018b): *The complexity of loneliness*. *Acta Biomed* (nº 89,2) <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6179015/>
- Young, J.E. (1982). *Loneliness, depression and cognitive therapy: Theory and application*. En L. A. Peplau y D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*, (pp. 379-406). Nueva York: John Wiley and Sons.
- Zhong, B. L., Chen, S. L., Tu, X., y Conwell, Y. (2017). Loneliness and cognitive function in older adults: Findings from the Chinese longitudinal healthy longevity survey. *The Journals of Gerontology: Series B, Psychological Sciences and Social Sciences*, 72(1), 120-128.

10. Anexos.

ANEXO 1. PERFIL PERSONAS ENTREVISTADAS.

Entrevistas	Entidad	Perfil profesional	Edad	Modo de entrevista	Duración entrevista
E1	Unidad pastoral Oliver	Profesora, actualmente jubilada.	83 años	Presencial	38 minutos
E2	Centro de convivencia Oliver	Trabajador social	43 años	Presencial	31 minutos
E3	Centro municipal de Servicios Sociales Oliver	Trabajador social	50 años	Presencial	48 minutos
E4	Cáritas	Trabajadora social	42 años	Presencial	19 minutos
E5	Centro comunitario Oliver	Educador Social	37 años	Vía mail	

ANEXO 3. GUIÓN PROFESIONALES

4. ¿Cuál es su percepción sobre la problemática de la soledad en las personas mayores del barrio Oliver?
5. ¿Qué factores considera que contribuyen a la problemática de la soledad en las personas mayores del barrio?
6. ¿Qué experiencias ha tenido trabajando con personas mayores que enfrentan la soledad en el barrio Oliver?
7. ¿Cuáles son los recursos actualmente disponibles en el barrio Oliver para apoyar a las personas mayores?
8. ¿Cómo describiría el impacto de estos recursos en la disminución de la soledad en las personas mayores?
9. ¿Ha identificado alguna limitación o área de mejora en los recursos existentes para abordar la soledad en este grupo demográfico? ¿Existe coordinación entre las entidades del barrio?
10. Basándose en su experiencia, ¿Qué nuevos recursos considera que podrían ser beneficiosos para reducir la soledad en las personas mayores del barrio Oliver?
11. ¿Cómo cree que estos nuevos recursos podrían abordar las necesidades específicas de las personas mayores y complementar los recursos existentes?
12. ¿Qué desafíos cree que puede haber en la implementación de estos nuevos recursos y cómo podrían superarse?

ANEXO 4. TRANSCRIPCIÓN DE LAS ENTREVISTAS

E1

19/04/2024

Entrevista 1 a la encargada de la Unidad Pastoral de Oliver. Duración de la entrevista 38 minutos. Entrevista realizada de manera presencial en el Centro Comunitario del barrio Oliver.

Entrevistadora: Hola buenos días, soy María Pinilla, alumna de la universidad de Zaragoza. Estoy realizando mi trabajo de fin de grado sobre la soledad de las personas mayores en el barrio Oliver y los recursos disponibles en el barrio para paliar este problema. Necesitaría que firmara la hoja de protección de datos para que quede constancia que todo lo que diga se va a utilizar únicamente para la elaboración del trabajo y su identidad va a ser anónima.

Entrevistada: Muy bien, no sé si te podre dar mucha información, pero te voy a contestar a lo que me preguntes desde mi experiencia y lo que he vivido y lo que estamos viviendo como grupo y ya está.

Entrevistadora: Sí, perfecto, simplemente es para tener la visión de cómo se trabaja o que recursos hay con las personas mayores aquí en el barrio y como mi trabajo va centrado en la soledad en personas mayores, simplemente saber si hay algún recurso específico como de acompañamiento o alguna cosa concreta en el barrio y ver un poco al hablar con varias personas de diferentes recursos, ver un poco en general que recursos hay para intentar paliar la soledad en el barrio.

La primera pregunta es ¿Cuál es la percepción de la problemática de la soledad en personas mayores aquí en el barrio? ¿Cómo lo ves desde tu punto de vista y experiencia?

Entrevistada: Bueno, pues yo desde mi experiencia si veo que hay mucha gente que está sola. Que a veces nos es difícil incluso acercarnos. Pero sí que hay gente que, porque murió su pareja o por lo que sea, se encuentra sola. O porque a veces la familia un poco también se desentiende, no se dan cuenta de lo que supone pasar por esa situación de soledad. Y bueno yo cuando empecé a contactar, bueno primero, yo llevaba mucho tiempo en País Vasco, llevaba muchos años haciendo este servicio en un pueblo donde, aunque tiene casi 9 mil habitantes sin embargo nos conocemos mucho. Y realmente venía de una experiencia muy bonita, de acompañar, hasta el final incluso y bueno pues de mucha riqueza humana, de recibir y de dar. Entonces yo dije, bueno en este barrio, acababa de terminar la pandemia y tenía la experiencia en la parroquia de que dado el problema hubo gente de la parroquia que empezó a sacar a algunos mayores a pasear, porque les daba miedo salir de casa y que vivían solos, que estaban angustiados, y bueno tuvieron esa experiencia.

Entonces yo uní la mía que venía de una experiencia rica de muchos años, porque yo era maestra y en cuando salía de trabajar yo me iba a acompañar a personas mayores. Y claro eso lo uní a la experiencia que había habido que ya no estaba.

Entrevistadora: Esa experiencia, ¿Fue solamente para la pandemia?

Entrevistada: Sí, que fue por la pandemia, entonces yo hablando con gente me di cuenta de que esa experiencia había estado en este barrio y les dije bueno ya no hay pandemia, pero hay mucha gente sola. Y entonces comenzamos. Y bueno yo dije que quería hacerlo desde la parroquia porque yo soy religiosa y bueno pues siempre lo he hecho desde allí y a mí me parecía lo mejor. Incluso dentro del grupo hay alguna que dice que no es creyente, pero eso no nos importa. Qué más da si lo humano es

lo que nos une. Y ya luego las vivencias y las creencias pues cada cual tiene las que tiene, pero hay muchas cosas que nos unen muy profundas como es la humanidad.

Entonces bueno pues comenzamos dos personas y bueno en ese momento le decíamos al párroco que no se fiaba mucho de nosotras, dejó pasar tres o cuatro meses y yo sufría y le dije a mi compañera: Mira si no quiere la parroquia, nosotras vamos a buscar más gente y lo vamos haciendo por nuestra cuenta. Y cuando ya empezamos solas ya lo vio el párroco le dijimos que si nos podía ayudar a conocer gente sensible que nos diga quien puede necesitar algo así, tú nos puedes decir a quien se le puede invitar que conoces a mucha gente. Y al final nos dijo algunas personas, y fuimos hablando y tal y bueno al final somos 8 personas que formamos el grupo. Y comenzamos con la gente que nos iban diciendo, primero que veíamos nosotras cerca de la parroquia. Por ejemplo, dos mujeres de cerca de la parroquia que están muy solas. Además, la asistente social del centro de salud que contacté con ella me indicó a una de ellas, que siente mucha soledad, soltera, las hermanas y sobrinas pasan un poco de ella, y bueno un poco gente cercana a la parroquia otras no. Y dentro de las experiencias pues incluso hay una que la encontró una compañera por la calle, bastante mal y le ofreció el recurso y como le han timado en casa, no se fían ni el hijo ni ella, entonces no hemos vuelto. No nos abre la puerta entonces tampoco podemos obligar.

Entrevistadora: Claro, si hay oposición no se puede obligar, aunque creáis que sería un recurso positivo para ella.

Entrevistada: Exacto y bueno bien, los pasos son pequeños, pero yo lo vivo con mucha ilusión.

Entrevistadora: Bueno y es importante que haya recursos así en el barrio y que se ponga empeño también en llevarlos para delante.

Entrevistada: Claro. Además, pasas a ser de su círculo y llega un punto en el que confían en ti plenamente y te esperan y a veces tienes pena de no poder ir más porque no te da la vida.

Entrevistadora: ¿Qué factores consideras que contribuyen en que las personas estén solas o sientan soledad?

Entrevistada: Pues bueno, factores hay algunos que te encuentras que es soltera, entonces casi que es normal que llega un momento en que los sobrinos son sobrinos, que te pueden querer mucho, pero si ya hay veces que cuesta cuidar a los padres imagínate. Y luego también hay que se les muere la pareja y es un momento en el que al principio los hijos se vuelcan mucho pero después como cada uno tiene su vida ellos se sienten solos. Y también hay otros que la vida se lo ha traído porque si no han hecho familia y no han hecho pareja se sienten así. Otros tienen hijos fuera y esos hijos se preocupan de ellos, pero es que no pueden si viven en otro sitio y tiene su familia allí, es normal. Luego pues muchas veces yo pienso que también hay un factor que es importante y es no caer en la cuenta de la soledad que están pasando los tuyos. Y ellos no se quejan a veces por no hacer sufrir, pero se sienten muy solos. Porque a veces no es estar con ellos, es simplemente que sientan que se acuerdan de ellos, que los quieren y a veces pues el teléfono, lo usamos para muchas cosas, pero creo que es fundamental esa llamadita, simplemente para preguntar, como estás, como has dormido y poco más.

Entrevistadora: Cada vez es todo más individualizado, vemos solo lo nuestro sin acordarnos de lo que tenemos alrededor.

Entrevistada: Sí, yo siempre les disculpo porque les digo es que la vida tiene muchos compromisos, que si el trabajo, los amigos, la familia. Pero reconozco que poco costaba algún gesto de vez en cuando. Además, la ilusión que les hace cuando vamos a verlos no te imaginas.

Entrevistadora: ¿Por qué van a la parroquia o vais vosotros a sus casas?

Entrevistada: No, vamos a su casa. Con algunos quedas con ellos y si hace bueno pues salimos a dar una vuelta al parque porque hay algunos que les cuesta andar y no pueden salir solos a la calle, entonces salimos a dar una vuelta, hablas con ellos una hora y media o dos horas y charlamos, escuchamos.

Entrevistadora: ¿Por qué también crees que puede afectar a la soledad el hecho de que tenga algún impedimento físico, que le cueste caminar, o alguna enfermedad?

Entrevistada: Claro porque, cuando uno puede salir de casa, pues va al centro de mayores, al centro cívico, aquí hay mucho movimiento asociativo. Es un barrio que socialmente es rico. Hay mucha gente pobre pero socialmente es rico. Y luego las asociaciones de barrio que se preocupan de muchos problemas del barrio. Yo dentro de lo que he vivido me parece que es un barrio rico socialmente. Y claro lo que pasa es que mientras pueden salir, se juntan con otros, pasean, o participan en algo. Aunque aun estando bien hay mujeres, sobre todo, que les cuesta participar porque igual han hecho mucha vida de pareja y al faltar la pareja no saben que hacer o donde ir solos. Ahora, cuando ya no pueden salir, para mí es el mayor problema porque para mí la soledad se hace más fuerte. Hay gente que se pasa mucho tiempo sin hablar y cuando vas, ya te puedes preparar los oídos.

Entrevistadora: ¿Y con respecto a los recursos que existen actualmente en el barrio para personas mayores?

Entrevistada: Pues de los recursos que hay yo veo muy bueno el centro de mayores que hay cursos, hay baile y me encanta que puedan ir a bailar, que hay cantidad de cosas que a las personas mayores les viene muy bien incluso un grupo de hablar. Hay un grupo que una vez a la semana que he ido alguna vez para ver si hay gente que necesitaría estar en nuestro proyecto o también al contrario gente que conocemos que le venga bien salir y hablar con otra gente allí. Allí para personas mayores tienen actividades muy buenas. Luego en el centro cívico, también hay muy buenas actividades, en el centro comunitario igual que en el cívico no solo ofrecen cosas para personas mayores, pero tienen algunas cosas para los mayores. El que tiene inquietudes pues tiene muchas cosas para hacer. Así como otra gente en su vida no ha hecho muchas cosas y ahora que ya no trabaja o no tiene otra cosa que hacer le cuesta contactar, y cuando lo hacen pues aconsejamos que mientras puedan que salgan de casa, que vamos a visitarles un rato, pero pudiendo salir les recomendamos cosas que hacer en el barrio. O por ejemplo si vemos cosas de las que carecen y nosotras no podemos hacer nada decirles que vayan al asistente social o al comedor del centro comunitario y tratamos de orientarles. Porque lo que hacemos nosotras es contactar con las personas y ver que necesidades tiene, porque todo no tienen las mismas.

Entrevistadora: Claro, cada uno tiene unas necesidades dependiendo de su situación. Y de los recursos que hay en el barrio ¿Crees que hay recursos que tienen el objetivo de paliar la soledad en las personas mayores? O la mayoría de los recursos no tienen ese objetivo.

Entrevistada: Pues no se si tienen ese objetivo en concreto, pero si la paliar en la medida de que la gente va, ahora hay gente que igual se cierra porque tiene depresión o que en esta etapa de la vida empiezan los problemas mentales, entonces esa gente lo pasa muy mal y fíjate si la gente tiene familia, aún, pero hay gente que no la tiene y se encierran en lo suyo. [...]

Entonces todas las actividades que se hacen, aunque su objetivo no sea paliar la soledad, todas en el fondo lo hacen ya que el simple hecho de participar ya te hace sentir parte de algo y te ayuda a pasar tu tiempo y a entretenerte. A mí lo que me preocupa son las personas que no pueden ir ya sea por problemas físicos o psíquicos, pues quedan encerrados en casa y lo único que queda es ir nosotras, pero lo que pasa es que a veces se nos hace difícil.

Entrevistadora: Y tú has notado que por ejemplo a las personas que vais a visitar, este recurso hablando con ellos, escuchándolos, recomendándoles otros recursos del barrio, etc. ¿Crees que la existencia de estos recursos ha cambiado algo con respecto a la soledad que sienten esas personas o sentían antes de participar en algún recurso?

Entrevistada: Yo creo que sí, que se sienten menos solos. Que saben que, si algo les pasa, te lo van a decir y que vas a responder en la medida que tu puedas, claro, tampoco eres ni su padre ni su madre y eso. Pues yo pienso que sí. Aunque claro como yo formo parte de ello y mi experiencia es positiva, que te voy a decir. Tenemos algún caso que realmente se siente muy amparado con nosotras [...]

Entrevistadora: ¿Crees que en el barrio hay coordinación entre las diferentes entidades que ofrecen recursos para personas mayores?

Entrevistada: Yo por la experiencia que tengo pues sobre todo con la asistenta social del centro de salud he tenido muy buena relación. Ahora ha venido una chica nueva y ya nos presentamos y le dijimos que nos derivara algún paciente. Y yo pienso que, sí que hay y entre los asistentes sociales de las diferentes entidades si se relacionan, pero los entresijos ya no sé, pero la sensación que me da es que sí que hay comunicación. Y luego el hecho de la Mesa del Mayor que nos reunimos de distintas entidades, donde vas conociendo un poco lo que hay. Porque solo abriendo los ojos y paseando por el barrio se ve que hay mucha gente sola, pero claro ahora en lo de la Mesa del Mayor ya te da un poco de visión. Si nos juntamos es para tratar los problemas que vemos y buscar la mejor manera para afrontarlos.

Entrevistadora: ¿Crees que necesitaría el barrio algún recurso específico nuevo para personas mayores y soledad? O con los que hay más o menos se puede paliar la soledad en el barrio.

Entrevistada: A mí me encantaría que un grupo del estilo del nuestro, ósea que nuestro grupo es pobre somos 8, cada una damos muchas horas y es complicado llegar a todo. Para mí este grupo tiene mucho sentido, pero me parece pobre porque estamos ahí viendo como afrontamos a las personas

que tenemos que son como unas 10 personas y todos no tienen las mismas necesidades. Entonces creo que con esto mejor asentado y con gente más dinámica estaría mucho mejor.

Entrevistadora: Ósea que, en vez de implementar nuevos recursos, mejorarías los que ya hay.

Entrevistada: Recursos como tal yo creo que hay muchos, como la comida en el centro comunitario, cantidad de cosas, no sé si haría falta uno más específico, pero para mí el problema es cuando quedan en casa y nosotras no damos abasto. Y bueno nosotras nos juntamos cada 15 días para prepararnos, hacer valoraciones de las personas que visitamos y leemos un libro de Carlos Bermejo que es un autor que trabajó mucho con personas mayores y el duelo, la soledad, etc. Y tiene un libro muy bueno que explica cuál es la actitud positiva y cuál la menos positiva de cara al acompañamiento sobre todo y ese libro lo vamos leyendo para mejorar también nosotras en la atención que damos. No se me ocurre otro recurso concretamente que crea que hay que implementar.

Entrevistadora: ¿Crees que mejorando los recursos que ya existen habría un cambio en el barrio con respecto a la problemática de la soledad en personas mayores?

Entrevistada: Yo creo que sí, además por ejemplo en nuestro caso, la mayoría somos jubiladas, pero hay una chica que es profesora y tiene poco tiempo porque además cuida de un familiar y varias cosas, pero ella nos dice que no solamente viene para acompañar a otras personas, sino que también le viene bien a ella los momentos de reunión, de conversación de las diferentes situaciones y como vamos aprendiendo unas de las otras a cuidar mejor de estas personas y como cuidarnos a nosotras mismas. Decimos que es como una escuela al compartir experiencias y ayudarnos unas a otras para afrontarlo de la mejor manera posible.

Entrevistadora: Claro, no solamente os sirve de cara a los cuidados o el acompañamiento de los usuarios de vuestro recurso sino también de cómo gestionar vosotras las diferentes situaciones o pedir consejo y apoyaros la una a la otra.

Entrevistada: Exacto nos ayudamos mucho y bueno por eso digo que nos vendría muy bien gente más joven que bueno no tienen mucho tiempo porque si están estudiando o trabajando y claro ir a visitar a las personas requiere horas. Por eso digo que somos “jubiletas” nada más. Y lo digo porque dentro de la jubilación cuando se está bien es interesante y te llena mucho ayudar a otras personas siendo que tienes más tiempo libre y que estás bien y tienes condiciones para poder prestar un servicio tan necesario como este.

Entrevistadora: Genial, pues ojalá que acudan más voluntarios y que se pueda atender a más personas porque creo que la labor que hacéis es muy importante para el barrio. Muchas gracias por la entrevista, me has dado mucha información para poder hacer el trabajo.

Entrevistada: De nada, cualquier cosa tienes mi correo por si necesitas alguna cosa más.

E2

25/04/2024

Entrevista 2 al trabajador social del Centro de Convivencia de Mayores. Duración de la entrevista 38 minutos. Entrevista realizada de manera presencial en el Centro Comunitario del barrio Oliver.

Entrevistadora: Hola buenos días, soy María Pinilla, alumna de la universidad de Zaragoza. Estoy realizando mi trabajo de fin de grado sobre la soledad de las personas mayores en el barrio Oliver y los recursos disponibles en el barrio para paliar este problema. Necesitaría que firmara la hoja de protección de datos para que quede constancia que todo lo que diga se va a utilizar únicamente para la elaboración del trabajo y su identidad va a ser anónima.

La principal idea de la entrevista es hablar un poco de la situación de la soledad en las personas mayores del barrio, desde tu perspectiva. Tratar el tema de los recursos que existen en el barrio y si crees que existe coordinación entre ellos.

Entrevistado: ¿Has hablado con Eduardo?

Entrevistadora: Sí ya he hablado con él y tengo otra cita para hacerle la entrevista, fue el quien me dio el contacto de las personas que cree que me podéis ayudar para el proyecto.

Entrevistado: Vale perfecto, porque desde hace unos meses nos hemos juntado en la Mesa del Mayor del barrio Oliver.

Entrevistadora: Sí, yo estuve en la primera mesa que se hizo para ver si se aprobaba o no y si se seguía haciendo.

Entrevistado: Qué yo no estaría, estaba mi otro compañero.

Entrevistadora: Sí porque no me sonaba tu cara de haberte visto allí.

Entrevistado: Podrías venir a la próxima Mesa del Mayor que si no recuerdo mal es el 17 de mayo y ahí podrás ver todos los recursos que hay en el barrio. Claro, son recursos de entidades y otros recursos municipales como este que forma parte del Ayuntamiento de Zaragoza, igual que el Centro Municipal de Servicios Sociales. Pero ya el resto de los recursos que hay en el barrio, orientados y focalizados a atender a los mayores del barrio lo llevan asociaciones u otras entidades. Como has hecho las prácticas en el barrio te habrás dado cuenta de que por la variedad de la población que hay y por la problemática del barrio que existe como por ejemplo absentismo escolar, de pobreza infantil, etc. Los mayores se han quedado un poco en segundo plano. Bueno no en segundo plano, pero como hay tanta urgencia en otros temas, que la problemática de las personas mayores se ha quedado un poco atrás. Porque existe una mesa de agentes, pero en ella si se ha tratado algún tema de personas mayores ha sido de refilón.

Entrevistadora: En la mesa de agentes que acudí cuando hice las prácticas no se tocó ningún tema acerca de personas mayores del barrio ni nada relacionado con este colectivo.

Entrevistado: Exacto, ponen por delante otros temas más urgentes porque los recursos dan para lo que dan. Eduardo fue el que pensó en la creación de la Mesa del Mayor y creo que fue una idea suya muy bien planteada y que bueno nos reunimos cada dos meses, tratamos de coordinarnos para que el trabajo pues sea más eficiente. Y si yo recibo a una persona que veo que su demanda yo no la puedo cubrir, pero sé que otro recurso del barrio si puede hacerlo pues lo derivamos porque yo ya sé todos los recursos que ofrecen las diferentes entidades y puedo decirle: Bueno yo no puedo ayudarte con lo que me planteas, pero en este otro recurso lo hacen así que pasate por allí y habla con tal persona y ya verás como allí te pueden ayudar mejor. Entonces por eso creo que la creación de la Mesa del Mayor ha sido una idea buenísima. Y bueno cuando hables con Eduardo si le parece bien para que vengas para que veas en lo que estamos y como va funcionando.

Entrevistadora: La última vez que hablé con él me dijo que fuera a la próxima Mesa del Mayor para ver cómo iba y todo y completar información si hacía falta para el trabajo.

Entrevistado: Genial, por ejemplo, Macrina la de la pastoral, tienen un grupo que van a visitar a las personas en el domicilio y acompaña a personas pues que a lo mejor por su situación no pueden venir a un recurso como este, y bueno pues el acompañamiento en el domicilio también es importante.

Entrevistadora: Cuando tuve el otro día la entrevista con ella ya me contó lo que hacían y como trabajan y me parece un recurso muy bueno para las personas que se sienten solas pero que además tienen el añadido de que por diferentes razones no pueden salir de su domicilio o no pueden llegar hasta estos recursos.

Entrevistado: Sí, es un buen recurso. En estos centros de convivencia de personas mayores, porque claro este centro de convivencia forma parte de una red de centros municipales que el planteamiento es que las personas desde el momento en que se jubilan, hasta que pasan a tener unas necesidades en cuanto a dependencia o de otro tipo pues en ese intervalo de tiempo. En esa etapa en la que todavía son personas activas y pueden hacer muchas cosas hasta que ya pasan a tener otras necesidades, pues que en ese tiempo tengan un envejecimiento activo y saludable. Esa frase la tenemos grabada a fuego "Envejecimiento activo y saludable". Claro, nosotros en esa idea principal, pues atendemos también situaciones de personas que se han quedado viudas o viudos que dada la circunstancia se quedan un poco desamparados, he atendido a personas que se me han echado a llorar diciendo que están fatal, que no saben qué hacer, y les he guiado apuntándolos a actividades, dándole motivos para que no se queden en casa encerrados, pues bueno al final ves la evolución y es muy satisfactorio.

Nosotros no tenemos la opción de ir a un domicilio a hacer visitas ni acompañamiento, pero sí que ofrecemos un espacio para que las personas vengan aquí ofreciéndoles diferentes actividades atractivas para la edad que tienen los usuarios de este centro. Y con que vengan aquí y conozcan a otras personas y se relacionen pues es positivo. Hacemos actividades, excursiones, ahora tenemos una exhibición de bailes que se dan aquí en la sala polivalente. Pues eso es una "excusa" para que ellos generen lazos con otras personas de su edad ya sea de amistad o simplemente para venir aquí y se relacionen. Además, así se dan cuenta de que hay otras personas que tienen las mismas inquietudes y las mismas preocupaciones que ellos, pueden compartir esas inquietudes, pueden hablar con otra gente de los problemas que se llevan de otra manera que si están solos en casa.

Entrevistadora: Pueden hablar con otras personas que puede que tengan los mismos problemas y se ayuden unos a otros o se den cuenta de que no son tan graves como ellos creían, que en casa cualquier cosa se les puede hacer un mundo.

Entrevistador: Eso es, si compartes tu situación la compartes con otras personas pues a lo mejor te aligera el peso que tienes encima. En estos centros ofrecemos eso, hacemos salidas culturales, excursiones, los talleres, tenemos grupos de actividad que llamamos por ejemplo un grupo de petanca, que hacemos de vez en cuando algún torneo intergeneracional con el cole que tenemos enfrente, tenemos un grupo de senderismo que la gente sale a caminar y les montamos alguna excursión para que hagan rutas.

Entrevistadora: ¿Aquí tenéis algún recurso específico para paliar la soledad?

Entrevistado: Sí, tenemos un espacio, que ahora te lo muestro cuando acabemos que se llama Nos gusta hablar, es el espacio destinado específicamente a paliar situaciones de soledad no deseada. Porque se plantea como un espacio abierto donde todo el mundo que quiera puede acudir y mantener una conversación, pero claro, se tiene que dar la circunstancia de que cuando una persona vaya haya otras para poder hablar. Lo que se pretende es que al menos una vez o dos por semana, haya un día que se diga vamos a quedar en este sitio y vamos a hablar de lo que sea, se plantea un tema que puede llevar a otro. Lo ideal sería que una persona voluntaria igual que las que llevan los talleres, dirigiera este espacio y el taller. Como hasta ahora no hemos encontrado a ninguna persona que quiera gestionar este espacio, porque al final, aunque sea voluntariado lleva tiempo. En tanto que se encuentra a esa persona, hay un profesional encargado en dinamizar el espacio. Los martes por la tarde viene una persona y desde las 5.30 a las 7, esta persona les plantea temas y hablan de lo que surge. Están asistiendo unas 8 o 9 personas, la afluencia es buena pero como se da en otros centros igual que aquí, si no hay dinamizador luego se diluye esa asistencia, porque llegan y claro la situación en la que están en la mayoría de las ocasiones no permite que los mismos miembros sean los dinamizadores. [...] Todas las personas que acuden son personas viudas, personas mayores que estarían si no en ese espacio estarían sentados viendo la tele y no hablarían con nadie. La participación tratamos de fomentarla ya que es un estímulo y motiva a las personas mayores. Yo creo que los centros de convivencia son un inventazo muy bueno, se podrían hacer más cosas, pero es para lo que nos dan los recursos que tenemos, aunque se ofrecen muchas cosas. [...]

Entrevistadora: ¿Crees que todos los recursos que hay en el barrio que intentan paliar la soledad, realmente la palian?

Entrevistado: Yo creo que sí, en el centro comunitario también da un servicio muy bueno. Ofrece recursos y actividades para todo el barrio, pero también para las personas mayores, tengo varios socios que utilizan el servicio de comedor que dan allí y van a resolver dudas de cualquier ámbito, dan charlas, ofrecen actividades de todo tipo, lo que hacen es parecido a lo que hacemos aquí pero abierto a todo el barrio no solo personas mayores como aquí, aunque también acuden allí las personas mayores. El grupo de la pastoral también es importante, en el centro se servicios sociales pues evidentemente también hace un buen papel sobre todo derivando a las personas a los demás recursos cuando es necesario. Entonces yo creo que sí que hay buena coordinación y desde que se creó la Mesa del Mayor más.

Entrevistadora: ¿Crees entonces que la Mesa del Mayor ha supuesto un antes y un después a la hora de coordinarse entre recursos y ha sido positiva para el barrio?

Entrevistador: Por supuesto, muy positiva. Estamos todavía empezando y todos tenemos muchas cosas, pero yo veo a la gente muy comprometida y con muchas ganas de seguir con esta mesa.

Entrevistadora: Y bajo tu punto de vista y experiencia ¿Crees que en el barrio se necesitan nuevos recursos para paliar la soledad en personas mayores? O crees que con los que hay se puede hacer frente a esta problemática.

Entrevistado: Yo creo que con los recursos que hay está bien, pero se podría ampliar la oferta por ejemplo podríamos ofrecer más talleres, aunque no hay tiempo. Yo creo que los recursos que hay son suficientes que podría haber mayor oferta, pero no sé si sería posible al menos desde aquí sería imposible. Además, yo creo que el haber creado esta Mesa del Mayor vaya una persona mayor a un recurso u a otro sabemos que cuando nos cuente su necesidad principal sabemos de qué recursos disponemos, quien los ofrece y nos facilita mucho a la hora de derivar a estas personas a los recursos más adecuados para ellas. Y no solo ofrecer lo que nosotros tenemos, sino que también como extra se puede indicar otros lugares para hacer cosas que les van a venir bien.

Entrevistadora: Perfecto pues muchas gracias, hemos tocado todos los bloques de preguntas, sobre el barrio, los recursos disponibles, si hace falta alguno más y poco más.

Entrevistado: Para dejar las cosas claras, el barrio Oliver es un barrio con muchas problemáticas sociales, la Mesa del Mayor ha puesto el foco en las personas mayores que estaban un poco en segundo plano ya que se les ha dado prioridad a problemáticas más urgentes. En la Mesa del Mayor remamos todos en un mismo sentido, tenemos muy claro los recursos que existen, y la disponibilidad de los mismos lo que hace que podamos atender mejor las demandas de nuestros usuarios a la hora de derivar por ello se crea una coordinación excelente. Claro, lo que yo ofrezco es dirigido hacia personas que aún son activas y que tienen condiciones físicas y mentales buenas, pero eso no quita la realidad de otras personas que igual no pueden realizar actividades que aquí ofrecemos, pero si les puede ir bien otro recurso y desde aquí sabemos lo que hay y podemos derivar.

Entrevistadora: Genial, pues muchas gracias por la entrevista, me has dado mucha información que me va a venir genial. Muchas gracias.

Entrevistado: Si necesitas cualquier cosa, tienes mi correo o ya sabes dónde estamos. Vamos a bajar a ver a los del baile y te enseño las instalaciones.

E3

8/05/2024

Entrevista 3 al trabajador social del Centro Municipal de Servicios Sociales. Duración de la entrevista 48 minutos. Entrevista realizada de manera presencial en el despacho habilitado en Miralbueno para Servicios Sociales.

Entrevistadora: Hola buenos días, soy María Pinilla, alumna de la universidad de Zaragoza. Estoy realizando mi trabajo de fin de grado sobre la soledad de las personas mayores en el Barrio Oliver y los recursos disponibles en el barrio para paliar este problema. Necesitaría que firme la hoja de protección de datos para que quede constancia que todo lo que diga se va a utilizar únicamente para la elaboración del trabajo y su identidad va a ser anónima.

La entrevista está dividida en tres bloques, en el primero las preguntas van dirigidas a conocer la problemática de la soledad en las personas mayores en el barrio desde tu experiencia, el segundo bloque trataremos sobre los recursos que hay en el barrio y que impacto tienen en la soledad de las personas mayores y para finalizar, si crees que con los recursos que hay en el barrio son suficientes para paliar esta problemática y que recursos implementarías.

Entrevistado: Vale perfecto.

Entrevistadora: Sobre tu experiencia y tu perspectiva, ¿Cómo ves la problemática de la sociedad en las personas mayores en el Barrio Oliver?

Entrevistado: Vale, el problema de la soledad de las personas mayores no es la soledad de las personas mayores. El problema es. ¿Que se obvia? Es decir, una persona que se siente sola, porque también hay que entender que todas las personas mayores que viven solas no tienen sentimiento de soledad. Que hasta ahora se habla mucho de la soledad mezclando personas con sentimiento de soledad y personas que vivían solas. Las personas viven solas, no se sienten solas si tienen una vida activa, si hace una vida, interactúan con las asociaciones. Incluso antes de la pandemia estaban ya no solas, sino que querían que les dejaran solas, es decir, porque estaban súper agobiadas por las cargas familiares. Cuidando de los nietos, haciendo cosas para los hijos, etc.

Vale, entonces, cuando hablamos de las personas solas, estamos hablando sobre todo de gente que por unas razones a lo largo de su vida se aíslan de la sociedad. Generalmente es una persona que no va a muchos recursos o si va o empieza a ir es porque desde distintas entidades pues vamos forzando esa situación. Con carencia de apoyos familiares. O que haya apoyos, pero insuficientes. De falta de acompañamiento, etcétera. Entonces, desde la perspectiva del Barrio Oliver, encontramos que es un barrio con problemas. Es un barrio multiproblemático de acuerdo. La población inmigrante, es el barrio de Zaragoza con mayor número de nacionales diferentes. Eso conlleva una problemática social, problemática de empleo, también es el barrio con mayor etnia gitana de Zaragoza. Dentro de la etnia gitana hay procesos de erradicación de chabolismo, de quinta Julieta, etcétera, etcétera. O sea, que el gitano, por decirlo así, que es trabajador, no hay ningún problema, pero hay gitanos con mucha problemática social, hay absentismo escolar. Entonces hay mucha vulnerabilidad, ¿vale?

Ahí entonces cuando hablamos de personas vulnerables nos centramos en el empleo, etcétera. ¿Se nos va un poco la percepción, vamos a trabajar y en qué se trabaja? Dónde están los proyectos

sociales, en el empleo, trabajar el absentismo escolar. Vamos a trabajar dando ayudas económicas para que las familias puedan pagar su alquiler, puedan pagar su luz, pero claro. Si tenemos una persona con una renta baja o que sean los ingresos mínimos muy bajitos, con 400,500 euros al mes. Es una persona vulnerable, si esa persona tiene que pagar un alquiler de 200, 300, 500 euros, es más vulnerable. Si además es mujer. Es todavía más vulnerable. Si además tiene alguna patología. Más todavía. ¿Y si tienes más de 70 años? Pues aún se multiplica más. Entonces, las personas más vulnerables del barrio Oliver son las personas mayores, cuyo perfil generalmente es mujer mayor de 70 años con patologías asociadas. Vale, está claro si estamos hablando de migración, estamos hablando de etnia y estamos hablando de población normal. Ejemplo, también tenemos que sumar a la población que viene a los pisos, por ejemplo, de protección de Zaragoza. Entonces tenemos a una población mayor inmigrante que en muchas ocasiones no han generado derechos en España porque pues han venido más tarde o han venido con los hijos. Vale, tenemos población mayor de etnia gitana. Que antes en la familia sí que se hacía mucho caso a los mayores y se les cuidaba, pero ahora con la globalización ya los nietos y bisnietos pasan un poco del tema. Lo que hace 20 años era impensable, pues ahora tengo personal de etnia gitana ingresados en residencias de mayores.

La población que viene de Zaragoza de Vivienda, generalmente a los pisos del comunitario y tal, son personas con discapacidad, o sea, ya tienes un volumen de personas mayores con discapacidad y luego, además. Tenemos como yo digo, que no hay barrios pobres, sino vivienda barata, entonces tenemos gente que, por las distintas diversidades de la vida, problemas económicos de ellos, de los hijos, lo que sea tienen que abandonar su vivienda. Alquilan, pero como no tiene ingresos altos, tiene que alquilar donde está la vivienda barata y entonces eso hace que vengan aquí. Entonces tenemos a gente mayor que por las situaciones de la vida no tiene vivienda. Da igual gente que viene del albergue, gente que ha estado sin ingresos siempre, pero ya no puede pagar €700 de alquiler. Gente que te echan de tu casa o donde estás, de alquiler, no pagas, te echan y al final, pues encuentras un alquiler barato en Oliver o también tenemos personas mayores en ocupación.

Luego está la población del barrio de toda la vida, que se ve abordada por unas situaciones sociales que hace 30 o 40 años en Oliver no existían. Eso hace que la vivienda, el alquiler de estas casas, la gente los alquila menos y venga más gente sin dinero para ocupar el sitio de esa gente que se ven abordados también por todo este tipo de situaciones. Bueno, cuando desde las entidades sociales trabajamos cosas que creemos importantes, como que los niños vayan a la escuela, que no te falte de comer, que puedas trabajar, etcétera, pues igual un señor mayor, una señora mayor que tiene una pensión de 600, 700 euros, pues nos hace como que, bueno, estos ya tienen unos ingresos económicos. Pero claro, no es lo importante de los ingresos económicos, sino que son las personas más vulnerables del barrio. Y entonces no se aborda el tema de la soledad del mayor como pudiese abordarse en otros barrios que no tengan tanta problemática social, aquí con los recursos limitados y en una situación social a nivel generalizado, donde no se llega, pues abordas las situaciones que priorizas.

¿Quién priorizaba el tema de la soledad mayor? Pues bueno, si miramos la Agenda 2030 está, si miramos todos, este tipo de recursos está, pero a la hora de ver movimientos económicos para abordar esta situación en Oliver no hay. El único proyecto de que aborda realmente de barrio la soledad es a través de Macrina. [...]

Entrevistadora: ¿Y qué factores consideras que contribuyen a la problemática de la soledad en las personas mayores?

Entrevistado: Sí, yo creo que te lo he comentado. El primer punto digamos que es falta de relaciones sociales, me da igual hijos que amigos. Luego las características personales de la persona, es decir, hay estudios sobre sociotipos que vienen a decir que hay personas que necesitan hablar 4 horas al día y hay personas que necesitan hablar 1 hora, si una persona que necesita hablar 1 hora a salir a dos tiendas y habla 1 hora con el vecino que se encuentre, pues igual ya no se siente tan sola ya oye, está a gusto, pero la persona que necesita hablar 4 horas, que necesita comunicarse, que necesita esas relaciones sociales por su forma de ser y no llega, es cuando pueden, aunque no lo sepa, puede tener ese sentimiento de soledad. Luego problemáticas físicas, psicológicas, es decir, perfiles depresivos que te impidan salir a la calle a hacer actividades o problemas físicos que te impidan salir. Puede ser patología física o motivacional. La cosa es que, si tú estás en tu casa y no sales, nadie te va a ir a buscar [...]

Entrevistadora: ¿Y cuáles los recursos que hay actualmente en el Barrio Oliver para apoyar a las personas mayores y más concretamente en el ámbito de la soledad? ¿Crees que son suficientes?

Entrevistado: En los recursos para apoyar a las personas mayores en el barrio son insuficientes totalmente, es decir, ahora el único recurso que digamos, por ejemplo, a nivel municipal es el servicio de teleasistencia, que cualquier persona que venga mayor que cumpla los requisitos lo puede tener en un periodo de 3, 4 semanas. Porque a partir de la de la pandemia, el Ayuntamiento apostó por multiplicar los servicios de teleasistencia, porque había mucha gente mayor o con dependencia que se había quedado sola en casa sin esos apoyos y lo cubrió, pero por ejemplo, el servicio de ayuda a domicilio para que las personas mayores se mantengan en su domicilio y evitar riesgos son todavía insuficientes. ¿Otros recursos? Pues generalizados. Yo creo que, por ejemplo, actividades sí que hay, es decir, centros como el centro de convivencia de mayores, el centro comunitario, el centro cívico, quiero decir desde el PIBO, pues se hacen actividades tipo gimnasia, los bailes, excursiones, cosas que sí, que hay muchas actividades, otra cosa es que haya Recursos Humanos para potencial y movilizar que la persona que no salen a la calle, es decir. No hay educadores de tiempo libre de mayores, hay educadores de tiempo libre, de infancia, educadores de calle, pero para niños y adolescentes pero no hay educadores de calle, no hay nadie que te ponga a buscar a casa que genere grupos. La gente va a su trabajo, organiza sus cursos y si te apuntas bien y si no, pues no pasa nada, no te has apuntado no pasa nada, si quedan vacantes ya vendrá alguien a ocuparla. Pero no hay un equipo de educadores de calle para mayores para movilizar y eso sería interesante. [...]

Además, ahora el perfil de personas mayores está cambiando ya que los recursos para mayores van destinados a personas de más de 80 y las personas mayores jóvenes que son las que pueden salir por lo general no acuden por lo que las actividades se quedan más para gente de la cuarta edad. ¿No sé si está habiendo un cambio, Eh? Igual Joaquín con las nuevas inscripciones está viendo un cambio porque también es verdad que hemos tenido una pandemia en medio que acorta mucho. Entonces, en cuanto a recursos de combatir de la soledad. No hay recursos públicos. Que, yo soy trabajador social municipal, pero yo no soy un profesional para compartir la soledad. Yo tengo en mi agenda llena para tramitar ayudas. ¿Prácticamente me da igual de alimentación o alquileres, pero yo tengo citas los y luego de reuniones, pero yo no trabajo en la soledad de mayor como tal, yo trabajo casos y dentro

del caso, cuando te encuentras en alguna tienes que combatir la soledad mayor, ¿Qué tienes? Como tienes en el barrio, tienes a Macrina, de la pastoral con el grupo de acompañamiento. Desde la administración pública ni reciben una compensación. Ahora, ahora sí que salen algunos. Algunas, por ejemplo, la Rey Ardid me llegó un correo como que lo creo que han anunciado alguna selección para combatir la soledad, pero de Oliver no hay un recurso propio de Oliver, si es la pregunta, o sea, lo que hay es desde la iniciativa privada.

Entrevistadora: Joaquín me comentó que tienen un recurso específico para paliar la soledad en personas mayores que se llama “Nos gusta hablar”

Entrevistado: Sí, es una actividad que a mí me da igual que sea él nos gusta hablar, que sea la pintura o el yoga. La cosa es que la gente se apunte a hacer una cosa. Vale, nos gusta hablar. Es un punto de encuentro para que la gente vaya a hablar. Pero si no hay nadie que movilice, si no hay, como te digo, educadores de calle.

Entrevistadora: Es lo que me comentaba, que el día que tienen a una trabajadora o un trabajador. Un educador y va, les propone un tema y va gente los martes y jueves y esos días va gente, pero que luego en el día a día que se supone que eso está abierto para que la gente acuda allí a hablar y tal que no aparece nadie.

Entrevistado: Pero no van a aparecer. Yo esto ya lo hablé en una ocasión. Digo, vamos a ver, yo me siento solo. Vale, y entonces sé que hay un grupo de me gusta hablar, digo, Oye, pues voy a hablar y cuento mi chapa al que esté. Claro, no hay nadie, entonces yo me siento a ver si viene alguien. Entonces igual espero 1 minuto. ¿Hasta cuánto está dispuesto a esperar? Mientras, los demás, mira, todos estos que están pasando por aquí se están descojonando de mí, porque yo ya me estoy mostrando débil. Yo ya estoy al sentarme aquí exponiendo que yo tengo sentimiento de soledad. Entonces el problema es que entonces tú te vas y cuando viene otra persona que necesita hablar, tú ya no estás, entonces se inician estos grupos con un objetivo y si no se consigue hacer un Grupo potente que luego se queden porque ya tienen las dinámicas establecidas sin profesional.

Yo quiero venir a hablar porque no tengo con quién hablar. Y entonces, si ves a alguien, te acercas. ¿Pero quién está ahí? ¿Quién es el primero? Entonces, en estas cosas los primeros pasos los tienen que ser profesionales y para eso tienen que dotar de Recursos Humanos desde la administración pública. Me da igual a través de subvenciones a entidad privada que contratando a profesionales. [...]

Entrevistadora: Y bueno, ya me has dicho que para la soledad concretamente no hay, no hay recursos, como mucho el de Macrina. ¿Pero crees que entre los demás recursos que tratan al colectivo de población de personas mayores hay coordinación entre ellos, dentro del barrio?

Entrevistado: Pues mira. Claro, desde mi perspectiva. Eh, hay un antes y un después. Antes de. Organizar la mesa el mayor y después, antes de organizar la mesa, el mayor. Muchas, muchas agentes sociales ni se conocían entre ellos. Yo, por ejemplo, tenía en principio hace ya años que tenía claro de los servicios propios de servicio a domicilio y teleasistencia y me juntaba con la trabajadora social del Salud, donde ya por lo menos teníamos una visión más globalizada e integral de la población mayor, que acude al centro de salud. Vale, y ha habido muy buena coordinación desde el año 2018, antes del

2008 al 18 yo llevaba también la Magdalena y entonces yo no estaba aquí como para hacer una coordinación. Vale, yo aquí venía los viernes, pero en el 2018 cuando ya está en Valdefierro, Oliver, que yo me quedé en esta zona y ya aquí planifiqué ya tanto en Valdefierro como en Oliver. Miralbueno, todavía no lo llevamos. En estas reuniones de servicios sociales y sanidad, que son los agentes importantes en el ámbito mayor. A raíz de eso ya se empezó a hacer la invitación al Centro de mayores, centro de convivencia de mayores que al principio no venía, luego ya empezaron a venir, con lo cual tienes también la perspectiva de la gestión de la gente que va al de mayores. Los usuarios que veíamos de forma habitual, pues empezaban a venir más desaseadas deterioro cognitivo. Entonces, claro, en esas reuniones, Oye, pues vamos a ver, que coja cita, vamos a mirar teleasistencia tal, entonces bueno, pues ponga poco. A raíz de ahí también el Centro hogar de mayores del IAS, que está ubicado en Valdefierro, también empezamos a coordinarnos con ellos. Pero es que ya a raíz de la Mesa del Mayor ya la coordinación aumenta, además viene María de Cáritas, el PIBO y los que te he mencionado, bueno, y las entidades sociales representantes, por ejemplo, que me estabas comentando la pastoral, el Presidente de la Junta, del centro de convivencia y demás presidentes o representantes de las asociaciones del barrio. Entonces ahí sí que se ha podido organizar una mesa de coordinación donde realmente se hable de la problemática del de las personas mayores. [...]

La Junta de Salud, que es que no se está haciendo y es obligatorio, entonces, si no hay una Junta de salud donde las asociaciones pueden volcar las problemáticas que hay para que el centro de Salud las recoja.

Entrevistadora: Y basándote en tu experiencia, ¿Hay algún recurso concreto que tú conozcas o que creas que se pueda implementar en el barrio para paliar la soledad de las personas mayores?

Entrevistado: El problema es que bueno hay recursos como el teléfono del mayor de la DGA que está implementado en el barrio, es un número de teléfono donde todo el mundo puede llamar. Hay muchas actividades en el barrio para los mayores, en el comunitario tiene un grupo de apoyo para gestión con el ordenador. ¿Está implementado? Sí, porque la gente necesita el móvil y el ordenador hasta para poder citar al centro de salud hasta para poder sacar dinero. Entonces está experimentado sí. ¿Hay actividades, hay tal? ¿Qué es lo que falla? El hecho de que tiren de ti, gente que tire de TI, para que tú hagas esas cosas, porque si tú no quieres salir de tu casa, no sales. ¿Cómo se combate la soledad si tú no sales? Yendo a tu casa a estar contigo.

Entrevistadora: Claro.

Entrevistado: ¿Qué más? Entonces hay experiencias que funcionan, que son claro, porque la administración pública entiendo que no puede si tenemos aquí para este barrio 3 educadores 1, cesó porque encontró trabajo en otro sitio, no lo han cubierto. Tenemos a otra educadora de baja desde hace dos meses y a nadie le importa más que a los que estamos aquí. Bueno en esta zona con la problemática social, solamente para Oliver pongan una educadora. Imagínate si tienen planteado coger técnicos para el tema mayor... Yo entiendo que no haya recursos económicos, vale. Pero igual que ha habido proyectos para tema de maternaje o el tema de apoyo familiar, pues en lugar tenían que poner un proyecto específicamente marcando unas directrices de que va a ser para esto para sacar a la gente de su casa.

Porque una persona que se va a la calle y se echa una partida de mus, guiñote lo que sea, no he estado a 2 horas y se va a su casa. Pues igual ya primero ya no son 2 horas en la calle, es que para salir te tienes que pintar los ojos, te tienes que medio arreglar, te va a ver la vecina, sales, te da la luz de la calle, según vas paseando te encuentras con una persona o con otra, etc. Si existiera alguien que dinamizara estas cosas en el barrio se podría llegar a la gente que no sale, porque la gente que sale es la que se apunta a las actividades, la verdadera problemática son las personas que no salen de su casa, esa población es bastante, por desgracia, es a la que habría que llegar y no estamos llegando. Yo digo, voy a llamar por teléfono a ver qué tal está X usuario, pero cuando acabo la mañana, son las 14:55. H, y digo, pues ya no, no, porque también es gente que cuando yo llamo pues no es una llamada de 10 minutos, es una llamada de 40. ¿Y a ver cómo sacas 40 minutos telefónicos para hablar con una persona y que se sienta escuchada? Sí, yo entiendo que sería interesante porque hablas con ellos y tal, pero. En fin, en el día a día no da tiempo a todo. [...]

Lo que incorporaría sería un proyecto que dinamizase esa misma gente que se siente sola y más o menos sea joven dentro de tercera edad, no cuarta, que podrían ser incluso formar parte de una red y que, además, pues quiero decir, cuando una persona está sola y otra persona está sola, dos personas solas que se juntan ya no son dos personas solas. [...]

Implementar recursos movilizados. Sea como te he dicho yo, yo creo que es interesante una red de profesionales que quiero decir voluntarios hay, pero no, no es lo mismo que hay educadores de calle para personas mayores, llámalos x, pero a gente con responsabilidad, no que lo haga de forma voluntaria. Quiero decir, el voluntario va a estar a 1 hora con una persona que no pueda salir de su casa, pero lo que nos interesa es que alguien tire de las personas que está en casa, pero podrían salir. Yo lo que quiero es que saquen a esa persona de su casa, porque una cosa son las personas con discapacidad que no pueden moverse, que muchas veces es donde llegan desde la pastoral. Es a esos casos, personas que por una situación no pueden salir de casa y no tienen red de apoyo. En esa situación prácticamente, igual hay que plantearse ya más tema residencial.

Entrevistadora: Claro que una cosa es que no puedas salir de casa por enfermedad, discapacidad, o algún impedimento, pero otra es que puedas salir y valerte por ti mismo y no salgas porque te encierras en ti mismo y en tu casa.

Entrevistado: Claro, lo que pasa que son los casos más más sangrantes y los que hay que abordar primero. Pero la gente que más o menos está bien dicen ¿Y qué voy a hacer yo? Ten en cuenta una cosa, en Zaragoza, por ejemplo, antes había comedores, se quitaron los comedores con el COVID y a la gente luego le ha costado volver a salir al comedor. Mucha gente que comía aquí en el comedor del comunitario con el COVID, cogía la comida y se la llevaban a casa. Se han acostumbrado y ahora se llevan la comida a casa y sé que no quieren quedarse en el comedor cuando lo del comedor no es la comida en sí, sino las relaciones que se puedan generar en la mesa, socializar con los grupos, porque comes con distintas personas, el tener esas conversaciones, el poder generar nuevas amistades, ver la cara de la gente, etc. [...]

Entrevistadora: ¿Y qué desafíos crees que puede haber en la implementación de estos nuevos recursos?

Entrevistado: Principalmente los recursos económicos. Yo creo que el problema de los recursos económicos es que cuando hay dinero se hacen parches, se hacen parches que además muchas veces se pueden hasta duplicar una de las cosas, por ejemplo, lo que se llama junto ambos es para intentar no duplicar. Si hay una actividad que se hace en un centro la misma, en el otro va más a intentar hacer cosas diferentes que llamen la atención.[...]

Lo que se podría organizar es algo para buscar a los líderes del barrio y crear a través de la formación una plataforma de gente jubilada joven que tirase de esto entonces o lo que tú prefieras hacer voluntariado. Pero dices, oye, yo lo hago yo lidero como profesional, pero voy formando a gente y se va a hacer una plataforma con la gente que puede hacerlo y luego que fluya sin tener que estar el profesional encima. [...]

Desde luego se llegaría con mucha más eficacia al grupo de personas mayores que lo necesitan ya que coordinación tenemos para saber quiénes son. Quiero decir. Que eso más o menos desde servicios sociales, centros de convivencia, centro de comunitario, centro de salud, la pastoral, Cáritas podríamos saber identificar, quiénes son las personas que a priori necesitarían de este apoyo. Creo que hay más factores positivos que limitaciones.

Entrevistadora: Perfecto, ya has contestado a mis preguntas. ¿Algún comentario que quieras hacer más?

Entrevistado: Pues poco más. Bueno, pues lógicamente desde el despacho, cuando viene una persona que se observa, es decir, que tras realizar un diagnóstico de la situación como profesional, tú valoras que además de todo lo que te cuenta, hay un problema de soledad. Derivas a espacios, a actividades, llevas al comedor, derivas a muchos sitios y a veces sí que tienes una respuesta, pero otras se quedan ahí y yo derivo para que vaya a hacer cursos. Igual el señor que derivas ni va, le dice, bueno, pues viene aquí, me han pagado el alquiler, me han puesto la asistencia, ya tengo el botón y apañado. Pero el resto se puede quedar el tintero muchas veces, por ejemplo, cuando hay una buena acogida en el centro que van, pues también se enganchan.

Desde la Mesa del Mayor, porque una de las cosas era, aunque esa gente del barrio decirle, mira, pues tienes que ir ahí donde está esto tal, hicimos un tríptico, que está muy bien. Cuando se lo presentas a las familias, mira, pues aquí tú vienes, aquí vas allí o más o menos este es el horario, aquí te va a atender esta persona, entonces ya ellos ese tríptico no solamente que tenga en la parte atrás un plano del barrio, ni que tenga los contactos, sino que además a él le supone una carta de presentación. No va solo, sino mira que me han mandado el centro municipal, aquí te enseño mi tríptico. Entonces es como un volante del médico, pero del trabajador social y ya no van nerviosos. La persona mayor se siente más a gusto se siente más reforzada a la hora de ir a un recurso. Ahora pues tenemos a mitad de mes la próxima reunión de la Mesa del Mayor. Bueno, iremos abordando diferentes temas. No me acuerdo, tengo que mirar cuáles eran los temas de debate, pero eso. Yo creo que con esto daría por finalizar la entrevista.

Entrevistadora: Pues muchísimas gracias. Me has dado mucha información valiosa para hacer el trabajo. Muchas gracias.

E4

03/05/2024

Entrevista 4 a la trabajadora social de Cáritas. Duración de la entrevista 19 minutos. Entrevista realizada de manera presencial en el despacho de la trabajadora social en el barrio de las Delicias.

Entrevistadora: La idea de la entrevista es un poco hablar primero de la soledad de las personas mayores en el barrio Oliver, cómo ves tú la situación y así, luego los recursos que hay, si tenéis vosotros algún específico o los recursos del barrio en general para personas mayores y más concretamente para paliar la soledad y luego lo último ya es si crees que con los recursos que hay se está paliando la soledad o si crees que tendría que haber X recurso que has visto en otro sitio o lo que sea, si habría falta incorporar algún otro servicio allí para paliar esta problemática. Entonces, para empezar, ¿Qué percepción tienes sobre la problemática de la soledad de las personas mayores en el Barrio Oliver?

Entrevistada: Vale, pues a ver, como te comentaba, desde Caritas no se llega un perfil, porque a Caritas suelen llegar sobre todo por una necesidad más bien económica y en general cuando ya son mayores todos tienen alguna pensión, entonces nos llegan menos. Sí que es verdad que Oliver tiene bastante población mayor y por eso se creó hace poco, hace un año más o menos, la Mesa del Mayor, para hablar específicamente sobre ellos. Caritas está más por recibir información y escuchar que por poder aportar. En Valdefierro, por ejemplo, que está al lado, sí que tenemos algo más de población mayor a que consideras a partir de 65.

En Oliver nos apoyamos mucho en el grupo de la parroquia, que es el de Macri, que eso no lo tienen todos los barrios, entonces hay otros recursos del propio equipo de Caritas pues es el que tiene un poco acompañamiento, ya sea presencialmente, haciendo llamadas, un poco de seguimiento a las personas, incluso acompañándolas a hacer gestiones de ir a por medicación, ir al banco... En Oliver la verdad es que nos toca menos porque nos llegan menos casos y porque tenemos bastantes más recursos que lo cubren. Vale, ya me he perdido, ¿verdad?

Entrevistadora: ¿Cómo ves la problemática de la soledad en el barrio?

Entrevistada: Yo no la veo especialmente acuciante, es verdad que también hay personas que son reacias a pedir ayuda, entonces probablemente esas sean las que más quedan ocultas. Entonces ahí igual donde más detección puede haber es en los centros de salud, que digamos es el recurso abierto a todo el mundo y puede detectarlos, que en otros recursos ya especializados que tiene que ser la persona un poco consciente de su problema, decidir que pedir ayuda es una opción es más complicado.

Entrevistadora: Claro, sí ¿Y qué factores consideras que contribuyen a la problemática de la soledad en personas mayores?

Entrevistada: Pues a ver, el tema de la viudedad es bastante importante porque al final los hijos, aunque tengas hijos, cada uno lleva su vida y tiene poco tiempo para dedicar a los padres. Entonces yo creo que el tema de la viudedad y gente que ha sido soltera toda la vida o nos estamos encontrando también con gente inmigrante que, claro, o viene ya bastante mayor o se ha quedado mayor y aquí

apenas tiene red familiar en el barrio Oliver, pues sobre todo familias marroquíes, así que tenemos algún caso pues de personas mayores que están bastante solas.

Entrevistadora: ¿Y sobre los recursos que hay en el barrio para apoyar a las personas mayores?

Entrevistada: Pues a ver, la verdad es que tienen bastante de todo, porque en el centro de mayores también hacen pues el tema de talleres de brecha digital, hacen temas más físicos, en el centro comunitario también tienen las actividades. Cáritas tiene un recurso que es la residencia, pero están en Delicias, podríamos derivar de Oliver, pero esta residencia en principio es para personas, en un inicio era solo para personas mayores sin recursos económicos para poderse pagar una residencia hasta que le asignan plaza de dependencia y actualmente se ha abierto un poco también a que familias con ingresos no desorbitados puedan acceder a la residencia.

Entrevistadora: ¿Y crees que los recursos que hay, por ejemplo, los que aparecen en la Mesa del Mayor o que sepas del barrio, tienen un impacto en cuanto a paliar la soledad en las personas mayores?

Entrevistada: Yo sí que creo que tienen bastante impacto, por ejemplo, para el tema del COVID, el grupo de Macri en coordinación, no sé si fue con el PIBO, hicieron un grupo para salir a pasear todos los días o X días a la semana, entonces eso ya pues te obliga a salir de casa, interactuar, cualquier actividad ya que te obliga a salir de casa y como el centro comunitario mismo el comedor, aunque solo sea salir, comer con alguien y volver a casa, tiene un impacto positivo.

Entrevistadora: ¿Y crees que entre todos estos recursos hay coordinación entre ellos?

Entrevistada: Sí, yo creo que hay bastante coordinación y por eso además también se hizo en la Mesa del Mayor, entonces tenemos todos los contactos y conocemos más o menos todo lo que hacen el resto, entonces si a uno le llega una familia con una problemática ya sabe un poco, si te interesa hacer esto puedes acudir a este recurso y a varios a la vez, yo creo que en general la coordinación es buena.

Entrevistadora: ¿Y has identificado alguna limitación o algún área de mejora en los recursos de cara a que hayan tenido oposición por parte del barrio, no creo, pero por las instituciones?

Entrevistada: Algo que se haya propuesto y no se haya llevado a cabo, yo en el de mayores no, están ahí un poco peleando porque hace tiempo en tema de salud, que no se hace consejo de salud en el barrio y eso sí que ha habido varias personas en las asociaciones de vecinos, que yo diría que son mayores, que han demandado, claro porque al final puedes dar tu opinión, puedes preguntar, consultar, pero quitando eso tampoco creo que se haya propuesto nada que no se haya hecho.

Entrevistadora: ¿Y consideras que haría falta otros recursos más específicos o con los que hay en el barrio se podría paliar el problema de la soledad en las personas mayores?

Entrevistada: Yo igual diría el tema que creo que no tiene ninguno igual es el de apoyo psicológico, porque al final pues claro, la soledad lleva ahí una problemática psicológica que ellos muchas veces

tampoco quieren, entonces poco a poco igual el tema de apoyo psicológico es el que más he hecho en falta. O sea, está el genérico, pero igual especializaron en personas mayores.

Pero por lo demás, yo creo que con los que hay en el barrio se podría, si hay alguna cosa que demanden en concreto, creo que los recursos tienen la capacidad de adaptarse y poder facilitar lo que soliciten las personas mayores, que supongo que sobre todo en centros de mayores también hacen unas actividades participativas en cuanto a tener en cuenta la opinión del mayor. Sí que a veces tienen problemáticas y esto va más por lo que te decía de población inmigrante con el tema de las medicaciones, porque hay algunas personas que las medicaciones sobre todo si han venido por algún tipo de reocupación familiar o algo, no se las cubre la Seguridad Social, hay gente que toma bastante medicación, entonces aunque haya algún recurso de banco farmacéutico, claro los recursos son muy limitados y muchas veces si no te entra en la Seguridad Social la medicación tampoco te la cubre, entonces ahí yo sí que he notado que con el tema de medicación o incluso la problemática de las prótesis que a veces en las ortopedias porque claro tú tienes que hacer el pago por adelantado, se supone que la DGA te lo devuelve un año después, pero claro si no tienes los recursos para poder pagarte la prótesis en ese momento lo tienes complicado.

[...]

Entrevistadora: Genial, pues muchas gracias por la entrevista, me has dado mucha información que me va a venir genial. Muchas gracias.

Entrevistada: De nada, cualquier duda o si te surge alguna pregunta me escribes al correo y te contestaré cuando pueda.

Entrevistadora: Perfecto, muchísimas gracias.

E5

21/05/2024

Entrevista 5 al educador social del centro comunitario Oliver. La entrevista se ha realizado por correo electrónico debido a la falta de tiempo de los educadores sociales del centro por la gran carga de trabajo.

1. ¿Cuál es su percepción sobre la problemática de la soledad en las personas mayores del barrio Oliver?

El barrio Oliver tiene un alto porcentaje de personas mayores con respecto a otros barrios de la ciudad, esto hace que la problemática de la soledad no deseada en este colectivo sea mayor.

En el día a día se pueden observar situaciones diversas de este tipo de población dentro de nuestra jornada laboral.

Se trata pues, de un colectivo donde hay que poner un foco de intervención ya que la situación es desfavorable para este tipo de personas.

2. ¿Qué factores considera que contribuyen a la problemática de la soledad en las personas mayores del barrio?

Alto porcentaje de personas mayores
Desvinculación con el núcleo de iguales
Desvinculación con el núcleo familiar
Enfermedades generadas por la edad que hacen difícil relacionarse (por ejemplo, en el exterior de la vivienda).
Pocas habilidades sociales
Procesos de duelo
Sociedad cada vez más individualista.

3. ¿Qué experiencias ha tenido trabajando con personas mayores que enfrentan la soledad en el barrio Oliver?

Como punto positivo a todo lo anterior, en el barrio Oliver existen diversos recursos y entidades que trabajan con el colectivo de las personas mayores, en concreto para poder trabajar esa soledad.

Además, existen foros de coordinación para poder abordar aspectos de este colectivo. Cabe destacar la Mesa del Mayor.

4. ¿Cuáles son los recursos actualmente disponibles en el barrio Oliver para apoyar a las personas mayores?

La Mesa del Mayor la engloban distintos centros y entidades que trabajan dentro del barrio Oliver. Estas pueden ser: CMSS, Centro de Salud, AVV, Centro Comunitario, Caritas, Sercoped, servicios de ayuda a domicilio y de teleasistencia...

5. ¿Cómo describiría el impacto de estos recursos en la disminución de la soledad en las personas mayores?

Todo trabajo, tanto preventivo como de promoción de actividades, ayudan a disminuir los impactos que pueden generar esa soledad no deseada en las personas mayores.

6. ¿Ha identificado alguna limitación o área de mejora en los recursos existentes para abordar la soledad en este grupo demográfico? ¿Existe coordinación entre las entidades del barrio?

Existe coordinación entre los recursos que trabajamos con este colectivo.

Como ya he comentado anteriormente, existe una Mesa del Mayor donde se ponen en común acciones para trabajar de manera conjunta

Además, existe coordinación entre entidades para abordar situaciones personales.

7. Basándose en su experiencia, ¿Qué nuevos recursos considera que podrían ser beneficiosos para reducir la soledad en las personas mayores del barrio Oliver?

8. ¿Cómo cree que estos nuevos recursos podrían abordar las necesidades específicas de las personas mayores y complementar los recursos existentes?

9. ¿Qué desafíos cree que puede haber en la implementación de estos nuevos recursos y cómo podrían superarse?

Contesto a las tres preguntas finales juntas.

Como en todo, queda mucho recorrido por recorrer.

En primer lugar, hay que seguir apostando por las actividades y acciones, tanto preventivas como de promoción de actividades. También es muy importante tener en cuenta la coordinación entre entidades.

Esta coordinación es muy importante a la hora de complementar las acciones que hay en el presente.

Como propuestas...sería conveniente poder organizar a grupos de personas para poder establecer una red de voluntariado.

Sería conveniente poder analizar la situación global de la soledad en el barrio y ver opciones para poder "descubrir" las situaciones a las que en el presente no estamos siendo capaces de llegar.