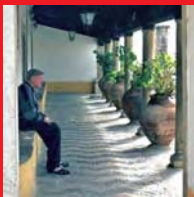


# ENLACE

EN RED



## RIICOTEC. Reunión de su XXVII Comisión Permanente



COLABORACIÓN  
TÉCNICA

La soledad y su  
impacto en la  
dependencia



Tercer Congreso  
Estatal de  
Personas Mayores  
de España

COLABORACIÓN  
TÉCNICA

La soledad  
de las personas  
mayores

13

REVISTA DE RIICOTEC (RED INTER-  
GUBERNAMENTAL IBEROAMERICANA  
DE COOPERACIÓN TÉCNICA) Y EL IMSERSO  
Junio 2009



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE SANIDAD  
Y POLÍTICA SOCIAL



IMSERSO



## EDITA

Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO)

## CONSEJO EDITORIAL

Pilar Rodríguez Rodríguez  
Juan Carlos Ramiro Iglesias  
M<sup>º</sup> Eugenia Zabarte Martínez de Aguirre  
Pablo Cobo Gálvez  
M<sup>º</sup> Ángeles Aguado Sánchez  
M<sup>º</sup> Luz Cid Ruiz  
Javier Vázquez-Prada Grande  
Milagros Juárez

## DIRECTOR

Javier Vázquez-Prada Grande

## COLABORADORES

Rubén Herranz González  
José Malo Campos  
José M. Mera Gómez  
Patricia Muñoz  
Ramona Rubio Herrera  
Dolores San Martín San José

## FOTOGRAFÍA

M<sup>º</sup> Ángeles Tirado Cubas

## REDACCIÓN

Avda. de la Ilustración, s/n  
(Con vuelta a Ginzo de Limia, 58)  
28029 Madrid (España)

## DISEÑO Y MAQUETACIÓN

Onoff imagen y comunicación S.L.

NIPO: 216-08-005-1

ISSN: 1577-2241



## NUESTRA PORTADA

Son mujeres mayores, se relacionan, les gusta conocer lugares nuevos y nuevas gentes, por eso no les asusta el sol, ellas tienen un paraguas que les sirve de sombrilla, se mantienen activas y así contribuyen a su correcto bienestar social, físico y psíquico.

Foto: Rubén Herranz

# S U M A R I O

Editorial	1
Permanente de México	2
Actividades formativas	
· Cursos	7
· Pasantías	9
3.º Congreso de Mayores	10
Entrevista: Ariel Ferrari	16
Foro IPROA Apoyo Técnico (CEAPAT)	19
· Centros Síríus	21
· Casa Domótica	24
Cerca de ti. La soledad en las personas mayores	30
Envejecer en el medio rural	32
La soledad y su impacto en la dependencia	34
La Soledad, las Personas Mayores y el Siglo XXI	39
Tres uves dobles recomendadas	43
Publicaciones destacadas	44
In memoriam: Mario Benedetti	45

# Reafirmar la Red

1

La última reunión de la Comisión Permanente de la Red Intergubernamental Iberoamericana de Cooperación Técnica (RIICOTEC) celebrada en México DF ha puesto de manifiesto el deseo y la firme voluntad de los 21 países que la integran de dar un nuevo impulso a la Red.

Mejorar las condiciones de vida y avanzar en el reconocimiento de los derechos de las personas mayores y de las personas con discapacidad en Iberoamérica es el objetivo fundamental de RIICOTEC. Un fin tan noble merece dedicación, trabajo riguroso, esfuerzo e ilusión; cualidades que están dispuestas a aportar todas las personas que, en cada país de la Red, asumen la responsabilidad de su consecución.

RIICOTEC es mucho más que unas frías siglas. Tiene el alma que ponen las personas que llevan a cabo los proyectos que nacen de ella, y que la hacen un vehículo idóneo para diseñar e implantar políticas integrales que mejoren la calidad de vida de las personas mayores y de las personas con discapacidad.

El encuentro de México DF ha sido mucho más que una mera reunión de trabajo. Un marco bellísimo, como el que aportó la ciudad de México; un ambiente hospitalario y cercano y unos vocales con deseos de trabajar mucho y bien, llenos de ideas y proyectos novedosos, han propiciado un nuevo impulso a la Red.

No ha sido la reunión de México un mero encuentro protocolario; ha sido la confluencia de todas las voluntades de los países miembros por seguir avanzando; por continuar intercambiando experiencias enriquecedoras; por seguir aprendiendo todos de todos; por continuar el camino iniciado con nueva ilusión; por renovar el compromiso con las personas mayores y las personas con discapacidad de nuestros países en aras de su pleno bienestar social.

De la reunión de la Comisión Permanente de México, todos los países de RIICOTEC hemos regresado con la agradable sensación de que la Red está viva y de que —recordando a Mario Benedetti— “usted sabe que puede contar conmigo”.



Se celebró en México D.F.

## XXVII Reunión de la Comisión Permanente de RIICOTEC

La reunión vigesimoséptima de la Comisión Permanente de la Red Intergubernamental Iberoamericana de Cooperación Técnica —RIICOTEC—, se celebró durante los días 12 y 13 de marzo pasado en México D.F.

Abrió las sesiones la Secretaria de Estado de Política Social, Familias y Discapacidad del Gobierno de España, Amparo Valcarce.

A continuación intervino la Secretaria ejecutiva de RIICOTEC, Pilar Rodríguez, para dar la bienvenida a los asistentes, en especial a los nuevos vocales de la Comisión Permanente y justificar las ausencias de los vocales de adultos mayores de Países Andinos —Perú—, y de Centroamérica —Honduras—. Asimismo saludó a quienes actuaron en esta reunión de la Comisión Permanente como representantes de los vocales titulares de Mayores de Portugal, Ana Gómes, y al suplente del vocal titular de mayores del Cono Sur, Raquel Tiramonti.

### Ejecución de las recomendaciones de la X Conferencia de RIICOTEC

La Secretaria presentó seguidamente el informe de actividades desarrolladas por la Red en el ámbito de las personas mayores y en el de discapacidad desde la anterior reunión de la Comisión Permanente, celebrada en Cartagena de Indias, Colombia.

Asimismo, se presentaron y valoraron las acciones desarrolladas en los países miem-

bros de RIICOTEC en cumplimiento de las recomendaciones aprobadas en la IX Conferencia, celebrada en Aldaia —España—, en 2007.

Cabe resaltar la importancia que supone la aplicación de la “Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad” de Naciones Unidas, como garantía y disfrute pleno de los derechos de las personas con discapacidad en igualdad de condiciones.

España ratificó en diciembre de 2007 esta Convención y su Protocolo Adicional; asimismo ha sido ratificada por Brasil, Panamá, Costa Rica, El Salvador, Guatemala, Honduras, Nicaragua, Cuba y Paraguay. Portugal, por su parte, realizó un seminario sobre la ratificación de esta Convención.

Estas son las acciones más importantes desarrolladas por algunos países miembros:

- **Brasil** realizó la II Reunión del Comité de Seguimiento de la Convención para la eliminación de todas las formas de discriminación hacia las personas con discapacidad.
- **Panamá** ha creado la Secretaría Técnica para el Seguimiento del Programa

de Acción del Decenio de las Personas con Discapacidad, SEDISCAP.

- **Costa Rica** ha presentado un Proyecto Regional sobre el Observatorio de la Discapacidad Centroamericano. Igualmente, el lema de la X Conferencia de Aldaia “Hacia una sociedad inclusiva”, ha servido como mensaje central de los seminarios celebrados en Costa Rica.
- **España** ha desarrollado varias actuaciones en cumplimiento de las recomendaciones de Aldaia, entre las del ámbito de los mayores hay que destacar la Conferencia Ministerial UNECE, así como Conferencia Ministerial CEPE, sobre envejecimiento; el XIX Congreso Internacional de la Federación Europea de Asociaciones para Personas Mayores, EURAG; y la organización del III Congreso Estatal de Personas Mayores.

Por lo que respecta al ámbito de las personas con discapacidad, el Gobierno de España ha aprobado la Estrategia Global de Acción para el Empleo de Personas con Discapacidad (2008-2012); se ha elevado al 7% la reserva de puestos de trabajo de Empleo Público del Estado para personas con discapacidad, de los que un 2% de estos puestos quedan reserva-



dos para personas con discapacidad intelectual; se ha celebrado la Conferencia Europea EDEAN 2008, "Formación en Diseño para todos. Experiencias innovadoras", cuya Secretaría recayó en el IM-SERSO.

Por otra parte, hay que destacar el Proyecto PROGRESS, dirigido a niños y niñas de educación infantil y primaria, cuya finalidad es la sensibilización de la sociedad sobre las personas mayores y personas con discapacidad desde las edades más tempranas.

### **X CONFERENCIA DE RIICOTEC**

Por medio de una carta de la Ministra de la Mujer y Desarrollo Social de Perú dirigida a la Secretaria Ejecutiva de la Red, se informa de la imposibilidad del Ministerio para afrontar los gastos derivados de la organización y desarrollo de la X Confe-

rencia de RIICOTEC, programada para celebrarse en Perú en septiembre de 2009.

Ante esta situación el representante de Paraguay, Jorge Quintás, solicitó información sobre las partidas económicas necesarias para organizar la X Conferencia, a la vez que propone a Paraguay como país organizador de la X Conferencia.

Se acuerda posponer la celebración de la X Conferencia de RIICOTEC al mes de marzo de 2010, plazo que se considera necesario para que Paraguay pueda realizar la comunicación oficial y determinar, asimismo, el lema y contenidos de la Conferencia.

### **Revista Enlace**

Los miembros de la Comisión Permanente consideran que la revista Enlace tiene calidad y es útil, de tal forma que, como señala la representante de Brasil Izabel

María de Loureiro Maior, utilizan mucho los datos publicados en Enlace, que sería un importante instrumento para avanzar en la Convención OEA.

La Secretaria Ejecutiva, Pilar Rodríguez, solicita la cooperación de los miembros de la Comisión Permanente para hacer llegar a la Revista información sobre la experiencias y actividades desarrolladas en sus países, para ser sometidos al consejo editorial de la Revista.

### **Cooperación con la Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo**

En colaboración con la Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo, AECID, se celebrarán 2 cursos de mayores y 3 de discapacidad.

(continúa en pág. 6)

# Propuestas para el fortalecimiento y desarrollo de la Red presentadas por la Secretaria Ejecutiva en la reunión de la Comisión Permanente celebrada el 12 de marzo de 2009 en México DF

## Comunicación

Fortalecer la dotación de recursos humanos en el IMSERSO dedicados a trabajar en la mejora de la red.

Crear un espacio web para RIICOTEC en el que se contendrá información de utilidad general, así como espacios por las diferentes regiones iberoamericanas disponibles para incluir información y documentación de aquellas iniciativas que los vocales regionales seleccionen como de interés común. También dentro de esta web se habilitará un foro para la participación de los vocales regionales y contrapartes.

Mantener un sistema de comunicación permanente y fluida entre la secretaría ejecutiva y cada uno de los miembros de la Red con el fin de mantener información permanente sobre noticias, avisos y cualquier información que resulte de interés: aparición de un nuevo número de la Revista Enlace, convocatorias de cursos de formación...

Mantenimiento y actualización de la base de datos de los organismos responsables de cada país y de los titulares que en cada momento forman parte de la Red.

## Revista Enlace

Compromiso de cada uno de los vocales regionales para aportar contenidos, en forma de artículos, reportajes, etc. con el fin de someterlos al consejo editorial de la Revista.

Elaborar y remitir propuestas sobre contenidos de interés a incorporar en la Revista.

Crear una Sección en la que vayan incorporándose contenidos relacionados con los avances que se vayan logrando en relación con los ejes prioritarios de trabajo que se vayan acordando.

## Lema y contenidos del programa de la conferencia de Paraguay

### Participación y ciudadanía

Contenidos sobre papel social de las personas con discapacidad o mayores, fortalecimiento de los movimientos asociativos, consejos de participación, etc.

### Promoción de la Autonomía y atención de las situaciones de dependencia

Análisis de los sistemas de protección social existentes.

### De la necesidad a los derechos o Derechos de ciudadanía

Se podrían tratar aquí temas como la Convención NNUU, sistemas de pensiones, sistemas de salud, protección ante situaciones de dependencia, servicios sociales, detección e intervención en maltrato...

## Ejes prioritarios de trabajo en RIICOTEC

Se trata de consensuar aquellas materias que pueden ser de interés de todos o la mayor parte de los países para avanzar en criterios comunes de intervención y desarrollo de políticas sociales.

- Modelos de alojamientos y residencias para personas con discapacidad y mayores, basadas en la calidad de vida.
- Recursos y programas de proximidad (atención domiciliaria, centros y programas de atención diurna, teleasistencia, domótica...).
- El paradigma "calidad de vida" y su concreción en los modelos de intervención y en los diferentes recursos de atención.
- Modelos de gestión de calidad en los recursos.
- Atención sociosanitaria en las intervenciones en discapacidad y en los cuidados de larga duración de mayores.
- Desarrollo inclusivo (mostrar cómo las políticas de inclusión promueven desarrollo económico y social).
- Conceptualización y glosario de recursos.
- Género, discapacidad y gerontología.
- Ciudades y pueblos amigables.
- Rehabilitación basada en la Comunidad.
- Servicios de proximidad en el medio rural: los centros polivalentes, servicios a domicilio, promoción del asociacionismo...
- Fortalecimiento del movimiento asociativo, a través de la capacitación (habilidades directivas, desarrollo de proyectos, capacidades organizativas...).
- Voluntariado.
- Relaciones intergeneracionales.
- Generación de redes de apoyo para combatir la soledad.
- Capacitación y Formación de profesionales.
- Apoyo a las familias y cuidadores/as no profesionales.
- Transversalidad discapacidad-gerontología.
- Educación inclusiva y permanente a lo largo de la vida.
- Sexualidad.
- Accesibilidad (arquitectónica, de transporte, de comunicación, tecnológica...).

## Próximos Encuentros

### Reunión Comisión Permanente noviembre 2009 en Brasil

Objetivos: preparación del programa de la Conferencia 2010 y debate sobre ejes de trabajo prioritarios que hayan sido seleccionados por los miembros de la Red. En la Permanente se determinarán los dos de mayor interés común y se elaborará un plan de trabajo para someter a la aprobación del plenario de RIICOTEC.

### Conferencia Plenario Paraguay julio 2010

Aunque durante las sesiones de la Comisión Permanente se propuso su celebración en la primavera de 2010, posteriormente, Paraguay, país organizador de la próxima Conferencia Plenario, ha solicitado que se celebre a mediados de julio de 2010.

## Corresponsabilidad en el funcionamiento de la red

Se plantea avanzar en aspectos relacionados con la horizontalidad de las relaciones y compromisos de todas las partes integrantes de RIICOTEC, incluidos los aspectos financieros,

atendiendo a la diversidad de realidades socioeconómicas. De esta manera podrá diversificarse el apoyo económico y técnico de unos países hacia otros.

CURSO	FECHA	LUGAR
<b>Saber envejecer, prevenir la dependencia</b> <a href="mailto:seminarios2@aacidcf.org.co">seminarios2@aacidcf.org.co</a>	18-22 mayo	Cartagena de Indias (Colombia)
<b>Formación de recursos humanos sobre la Convención de Naciones Unidas para personas con Discapacidad</b> <a href="mailto:seminarios2@aacidcf.org.co">seminarios2@aacidcf.org.co</a>	11-15 mayo	Cartagena de Indias (Colombia)
<b>Empleo y discapacidad: Análisis y adaptaciones de puestos de trabajo. Ajustes razonables</b> <a href="mailto:Santacruz@aacid-cf.bo">Santacruz@aacid-cf.bo</a>	13-17 julio	Santa Cruz de la Sierra (Bolivia)
<b>Relaciones intergeneracionales, 2ª parte</b> <a href="mailto:otc@aacid.org.uy">otc@aacid.org.uy</a>	26-30 octubre	Montevideo (Uruguay)
<b>La CIF como marco de referencia para la valoración de la situación de discapacidad</b> <a href="http://Otc.org.uy">Otc.org.uy</a>	5-9 octubre	Montevideo (Uruguay)

## Situación y futuro de RIICOTEC

Diferentes miembros de la Comisión Permanente intervienen para exponer su parecer sobre la situación actual de la Red y sus perspectivas de futuro. La representante de mayores de la Península Ibérica, Ana Gómes, de Portugal, considera que falta identidad propia a la Red, a su vez opina que debería ser el punto de unión para realizar un trabajo conjunto que sirva para mejorar las condiciones de vida y los derechos de las personas mayores y de las personas con discapacidad en el ámbito de sus actuaciones.

En su intervención Pilar Rodríguez, Secretaria Ejecutiva, señaló la necesidad de fijar los aspectos concretos importantes en los que trabajar para enriquecer y fortalecer la Red. En este sentido anima a trabajar en:

- Modelos Compartidos.
- Aportación de artículos para el sitio web y para la Revista Enlace.
- Concretar espacios de trabajo.

A su vez, manifiesta su compromiso para apoyar, mejorar y fijar los objetivos con la participación de todos, y termina su intervención indicando que la participación

y la atención deberán ser los ejes comunes de mayores y discapacidad.

## ACUERDOS

- Paraguay realizará la propuesta en firme para organizar la X Conferencia de RIICOTEC, en la primera semana de abril lo hará Bienestar Social, y en la última lo hará la Ministra.
- La representante de Brasil, Izabel de Loureiro Maior, propone celebrar una reunión de la Comisión Permanente en Río de Janeiro en el mes de noviembre, cuyo objetivo será concretar el programa de la X Conferencia, así como las líneas de actuación de la Red en los próximos meses.

Terminan las sesiones con el compromiso de la Secretaria Ejecutiva de trabajar con determinación, vigor y entrega en la recuperación de RIICOTEC.



## Asistentes

**Secretaría Ejecutiva de RIICOTEC**  
D.ª Pilar Rodríguez Rodríguez (España)

### CENTROAMÉRICA

**Vocal de Adultos Mayores**  
*Ausente* (Honduras)

**Vocal de Discapacidad**  
D.ª Adriana Retana (Costa Rica)

### PAÍSES DEL CARIBE Y MÉXICO

**Vocal de Adultos Mayores**  
D. Pedro C. Khoury Hernández (Rep. Dominicana)

**Vocal de Discapacidad**  
D.ª Digna Palacios de González (Panamá)

### PAÍSES ANDINOS

**Vocal de Adultos Mayores**  
*Ausente* (Perú)

**Vocal de Discapacidad**  
D.ª Luz Myriam Urrego Ocampo (Colombia)

### CONO SUR

**Vocal de Adultos Mayores**  
D. Jorge Quintás (*suplente*) (Paraguay)

**Vocal de Discapacidad**  
D.ª Raquel Tiramonti (Argentina)

### BRASIL

**Vocal Representante de Brasil**  
D.ª Izabel M.ª de Loureiro Maior

### PENÍNSULA IBÉRICA

**Vocal de Adultos Mayores**  
D.ª Ana Gómes (Portugal)

**Vocal de Discapacidad**  
D.ª Susana Viñuela (España)

### OTROS ASISTENTES

**Coordinadora de la Reunión España**  
D.ª Dolores Zahonero



# Cursos

En los últimos meses se han celebrado varios cursos desarrollados en los Centros de Formación de la Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo, y en el Centro Cultural de España en México. De todos ellos se puede encontrar información más detallada en el espacio RIICOTEC, en el sitio web del Imserso <http://riicotec.org/>.

## Seminario Iberoamericano sobre accesibilidad universal y ayudas técnicas para todos. España-México

Celebrado en el mes de mayo en el Centro Cultural de España en México, estuvo organizado por el Real Patronato sobre Discapacidad, España; la Agencia española de Cooperación Internacional y la Fundación ACS, España. Contó con la participación de cuarenta profesionales de varios países iberoamericanos.

Los objetivos que se plantearon cubrir en el Seminario fueron, entre otros, el intercambio de conocimientos de la accesibilidad desde la perspectiva del diseño universal; promover un foro de intercambio y debate, y analizar la posibilidad de cooperación internacional en materia de accesibilidad.

La inauguración del curso corrió a cargo del Director del Centro Cultural de España, Jesús Oyanburu, acompañado por el Director de la Fundación ACS, Francisco Menor, así como por Ignacio Robles, Director Técnico del Real Patronato sobre Discapacidad.

Se presentaron varias ponencias, entre las que se pueden destacar, "La accesibilidad en España: Organización institucional, marco legal", presentada por Ignacio Ro-



bles; el Director del Consejo Nacional para Personas con Discapacidad de México, José Javier Osorio, presentó la ponencia "La accesibilidad en México: Organización, marco legal y competencias. Plan Nacional de Accesibilidad".

Asimismo, se celebraron numerosas mesas redondas en las que se debatió sobre la accesibilidad relacionada con el patrimonio histórico, con las nuevas tecnologías y sobre transporte accesible.

En la ceremonia de clausura del Seminario intervinieron Amparo Valcarce, Secretaria de Estado de Política Social, Familias y Discapacidad de España; el embajador de España en México, Carmelo Angulo, y Francisco Menor, Director de la Fundación ACS.



## “Saber envejecer, prevenir la dependencia”



En el Centro de Formación de la AECID de Cartagena de Indias —Colombia—, del 18 al 22 de mayo se celebró el curso “Saber envejecer, prevenir la dependencia”, en el que participaron una treintena de técnicos especialistas iberoamericanos.

El curso contó como ponentes con Alexandre Kalache, consultor de políticas internacionales para el envejecimiento, quien presentó la ponencia “OMS: Proyecto global. Ciudades amigables con las

personas mayores”; Mayte Sancho, Asesora Técnica e Institucional de la Fundación INGEMA, que presentó varios programas desarrollados en España, como son “Ciudad amigable en el marco de la capitalidad europea 2016”, del Ayuntamiento de San Sebastián —Guipúzcoa—; el programa “Rompiendo Distancias”, del Principado de Asturias; la responsable del Área Psicosocial del Instituto del Envejecimiento de la Universidad Autónoma de Barcelona, Mercè Pérez Salanova, pre-

sentó una ponencia sobre las Actividades Formativas que el Instituto del Envejecimiento lleva a cabo en la Universidad Autónoma de Barcelona.

“Adaptarse para seguir activos” fue la ponencia de Pura Díaz, psicóloga de la ONCE —Organización Nacional de Ciegos de España—; y por último, el médico del Hospital del Servicio Público estatal de Sao Paulo —Brasil—, Walid Makin Fahmy presentó la ponencia “Descrição do Programa SESI para a Tercera Edade Sao Paulo-Brasil”.

Como conclusiones del curso puede destacarse que “es necesario y posible que las personas introduzcan cambios en cualquier momento de su vida y en especial en la vejez”; igualmente, se concluyó que es necesario poner en práctica el concepto de “proceso” en el envejecimiento, así como “combatir el acercamiento estereotipado a la vejez”; y se considera que “los países iberoamericanos necesitan conocer y avanzar en el afrontamiento de los procesos de envejecimiento”.

## “La Convención de Naciones Unidas sobre los derechos de las personas con discapacidad: Principios inspiradores y desafíos en su aplicación”

Este curso se celebró en Cartagena de Indias —Colombia—, en la sede del Centro de Formación de la AECID, durante los días 11 al 15 de mayo y en el mismo participó un importante número de expertos provenientes de regiones de toda Iberoamérica.

Los profesores ponentes del curso fueron Francisco Bariffi, Subdirector del Centro de Investigación y Docencia en derechos Humanos de la Facultad de Derecho,

Universidad Nacional de Mar de Plata —Chile—; María Soledad Cisternas, Integrante del Comité de expertos sobre los derechos de las personas con discapacidad de Naciones Unidas; Carlos Ganzenmüller Roig, Fiscal del Tribunal Supremo de España; y Agustina Palacios, Doctora en Derecho por la Universidad Carlos III de Madrid —España—, que llegaron a unas conclusiones entre las que destacamos que existe un amplio conoci-

miento de la Convención que ha sido firmada, ratificada y su texto incorporado a sus legislaciones nacionales.

Se constata, igualmente, el buen marco legal y de desarrollo de esta norma sobre discapacidad en la mayoría de los países de Iberoamérica, aunque por otra parte, consideran que en la realidad esta normativa no ha generado cambios cualitativos reales en las personas con discapaci-

# Pasantías

## Secretaria de Estado dos Direitos da Pessoa com Deficiência. Brasil



Una representación de la Secretaría de Estado dos Direitos da Pessoa com Deficiência de Brasil, encabezada por la Secretaría de Estado, Linamara Rizzo Battistella, acompañada por Flavio Werner Scavasin, Ana Lucía Segamarchi y Naziberto Lopes de Oliveira, visitaron la Dirección General del Imserso para interesarse las políticas de atención a la dependencia de España.

Fueron recibidos para la Directora general y atendidos por los técnicos del Imserso que les facilitaron explicaciones y documentación sobre la Ley de Dependencia, programas de termalismo y vacaciones para personas mayores del Imserso, así como sobre la cooperación internacional a través de RIICOTEC, entre otros asuntos sobre los que mostraron su interés.

## Colombia

Una representación de los servicios sociales de Colombia se entrevistaron en el Imserso con el Jefe del Gabinete de la Directora General, Julio Murciano, y con la Directora de Programas de Cooperación con Iberoamérica, M<sup>a</sup> Dolores Zahonero, con el objetivo de recabar información sobre la legislación española de ayuda a la dependencia, así como sobre los programas de termalismo y los programas de cooperación con Iberoamérica.



## Pasantía EUROsocial

Organizada por la Organización Iberoamericana de Seguridad Social (OISS), en el marco de su programa EUROsocial un grupo de altos funcionarios de Argentina, Chile y Uruguay visitaron en el mes de marzo la sede de la Dirección General del Imserso, acompañados por José Carlos Baura, de la Secretaría General de la OISS.

La finalidad de la visita era interesarse sobre el contenido y desarrollo de la Ley de Autonomía Personal y Atención a Personas en situación de Dependencia, así como los centros de atención a mayores afectados de

Alzheimer y otras problemáticas en el ámbito de la salud mental.

Por parte de Argentina asistieron Paola Vesvessian, Secretaria de Estado de Niñez, Adolescencia y Familia; Monica Roqué, Di-



rectora Nacional de Políticas para el Adulto Mayor, ambas del Ministerio de Desarrollo Social; y Federico Susbielles, Gerente de Promoción Social del PAMI.

La representación de Chile estuvo formada por Paula Forttes, Directora Nacional del Servicio Nacional del Adulto Mayor (SE-NAMA) y Rosa Neira, Jefa del Gabinete de la Dirección Nacional del SENAMA.

En cuanto a la delegación de Uruguay la componían Leticia Pugliesse, Socióloga del Banco de Previsión Social (BPS) y Felicia Hor, médico gerontóloga del BPS.

## III CONGRESO DEL CONSEJO ESTATAL DE LAS PERSONAS MAYORES DE ESPAÑA

10

# Progresar juntos por una sociedad para todos

Bajo el lema “Progreseemos juntos. Una sociedad de todos y para todos” se celebró en Madrid, en el mes de mayo, el Tercer Congreso Estatal de Mayores de España, que contó con el apoyo del Ministerio de Sanidad y Política Social del Gobierno de España, y la Secretaría General de Política Social a través del Instituto de Mayores y Servicios Sociales —IMSERSO—, en el que participaron más de quinientos delegados.

Texto | Uvapé Fotos | M<sup>a</sup> Ángeles Tirado Cubas



Configurado como un foro de participación y debate para impulsar la actualización de las políticas sociales dirigidas a mejorar las condiciones de vida de las personas mayores en España, y con el objetivo de revisar y establecer las líneas maestras de las políticas sociales necesarias para avanzar en el desarrollo de programas relacionados con las personas mayores en los próximos años, se celebró del 18 al 20 de mayo pasado el III Congreso del Consejo Estatal de Personas de España, que contó con el decidido apoyo del Ministerio de Sanidad y Políticas Sociales del Gobierno de España, y de la Secretaría General de Política Social a través del Instituto de Mayores y Servicios Sociales —IMSERSO—.

El Consejo Estatal de Personas Mayores es un órgano colegiado interministerial, adscrito al Ministerio de Sanidad y Políticas Sociales, de carácter consultivo de la Administración General del Estado, que tiene como finalidad la institucionalización de la colaboración y participación de las personas mayores en la definición, aplicación y seguimiento de las políticas de atención, participación social y calidad de vida dirigidas a las personas mayores.

### Tres ponencias a debate

El Congreso se estructuró en tres ponencias en las que participaron los vocales del propio Consejo Estatal, cuyos documentos

base fueron sometidos con anterioridad al debate de las bases del movimiento asociativo de personas mayores. Las tres ponencias marco presentadas fueron: **Envejecimiento y participación, Igualdad de oportunidades y Relaciones intergeneracionales.**

Estas ponencias marco fueron objeto de intensos debates previos en las bases del movimiento asociativo representado en el Consejo Estatal de Personas Mayores, aportando y enriqueciendo los contenidos de las ponencias, que, a su vez, reflejan las demandas de las personas mayores en España, quienes, como bien dice el lema del Congreso, “Progreseemos juntos.



Una sociedad de todos y para todos”, quieren ocupar el lugar que les corresponde en una sociedad “para todos”.

### Envejecimiento y participación

El texto de esta primera ponencia refleja la necesidad de una mayor participación de los mayores en la toma de decisiones que les afectan. Asimismo, plantea temas como el desarrollo del movimiento asociativo, la jubilación o la prolongación de la vida laboral, la necesidad de adaptación a los cambios sociales y a las nuevas tecnologías, incidiendo especialmente en la utilización del tiempo libre.

### Igualdad de oportunidades

La ponencia planteó la demanda de igualdad de trato y de una vida sin discriminaciones efectiva para todos los ciudadanos al margen de la edad, evitando así el “edadismo”, que perjudica a la personas mayores al considerarlas incapaces de asumir

responsabilidades en la sociedad. Con este objetivo se plantea en el texto de la ponencia la necesidad de acciones positivas para alcanzar la igualdad de oportunidades.

La ponencia plantea asimismo, la necesidad de igualdad de oportunidades en cuanto a la atención sanitaria, debiendo establecerse una atención sanitaria específica para las personas mayores. También plantea esta ponencia la necesidad de aumentar los servicios sociales con equidad en todas las Comunidades Autónomas.

La educación se considera como un elemento clave para alcanzar una igualdad efectiva, por lo que considera la educación como un derecho de las personas mayores.

### Relaciones Intergeneracionales

En el desarrollo de esta tercera ponencia se plantea la necesidad de impulsar una solidaridad intergeneracional basada en el intercambio entre personas de diferentes

generaciones de sus respectivas habilidades y experiencias, aprovechando el gran arraigo que estas relaciones intergeneracionales tienen en el ámbito familiar en España, aunque por otra parte se considera necesario superar el ámbito familiar para conseguir niveles de solidaridades intergeneracionales que permitan llegar a una sociedad de todas la edades, como señala el lema del Congreso.

La ponencia señala la importancia de avanzar en la elaboración de programas que faciliten las relaciones entre generaciones que fomenten las relaciones entre personas de diferentes edades por considerar estas relaciones beneficiosas y enriquecedoras para toda la sociedad.

### Apertura del Congreso

La apertura del III Congreso del Consejo Estatal de Personas Mayores contó con la presencia del vicepresidente del Consejo, Luis Martín Pindado, de la Directora Ge-



“*José Luis Rodríguez Zapatero agradeció y reconoció la aportación que las personas mayores han hecho al país. Asimismo se comprometió a aprobar el año próximo un plan integral de envejecimiento activo, y garantizó que el Consejo Estatal de las Personas Mayores participará en las negociaciones del Pacto de Toledo*”

neral del IMSERSO, Pilar Rodríguez Rodríguez, y del Secretario General de Política Social, del Ministerio de Sanidad y Política Social, Francisco Moza, quien en su intervención destacó el compromiso del Gobierno de España con el envejecimiento activo, poniendo en marcha “políticas de salud, de trabajo, de educación, de ocio y de participación que permitan mantener la sanidad y la calidad de vida”, resaltando que las inversiones en este campo han superado los 400 millones de euros.

Durante los tres días del Congreso, los cerca de 700 participantes, 543 de los cuales eran delegados representantes de las personas mayores, tuvieron oportunidad de visitar los stands de las Comunidades Autónomas, en los que se facilitaba información sobre las políticas sociales específicas de cada Comunidad Autónoma. Igualmente destacaron los stands del Imsero, así como el de Aulas Mentor, a través de las que se imparte formación sin barrera de edades.

Mención especial merece la vivienda accesible del Centro Estatal de Autonomía Personal y Ayudas Técnicas —CEAPAT—, centro dependiente del IMSERSO, que concitó el interés y curiosidad de los participantes en el Congreso.

Las viviendas accesibles facilitan la permanencia de las personas mayores en su entorno social, en su ciudad, en su barrio, en su hogar de siempre, cuando el paso de los años genera nuevas necesidades. La vivienda recreada de 65 m<sup>2</sup>, adaptada a las necesidades de las personas mayores, con un diseño centrado en la persona.

La vivienda recreada en el Congreso consta de un vestíbulo de entrada, cocina, dormitorio, baño, salón-comedor y terraza, en todas las estancias cuenta con los medios precisos para facilitar la movilidad, el uso y la comunicación, en cuanto al mobiliario, está diseñado para dar el mayor confort y seguridad. Toda la vivienda está diseñada para un uso confortable y seguro, para facilitar a la persona usuaria el mayor grado de autonomía.





## Clausura

La clausura del III Congreso Estatal de las Personas Mayores fue presidida por la Ministra de Sanidad y Política Social y Presidenta del Consejo Estatal de las Personas Mayores, Trinidad Jiménez, y por el Presidente del Gobierno, José Luis Rodríguez Zapatero, así como por el Vicepresidente del Consejo Estatal de las Personas Mayores, Luis Martín Pindado.

En su intervención, Trinidad Jiménez, Ministra de Sanidad y Política Social, señaló que "han de ser las personas mayores los protagonistas de sus vidas", para lo que es necesario fomentar "la dignidad y el respeto hacia los mayores, que "son personas con distintas necesidades y es preciso ejecutar políticas sociales destinadas a su bienestar", para continuar remarcando la necesidad de la "integración de políticas sanitarias y sociales" destinadas a mejorar las condiciones de vida de las personas mayores. Trinidad Jiménez dijo que hay que "ver el envejecimiento como una gran conquista social", para terminar indicando la importancia de "avanzar en las relaciones intergeneracionales" de la sociedad.

Por su parte, el Presidente del Gobierno de España, José Luis Rodríguez Zapatero, utilizó una frase del argentino Jorge Luis Borges, "La vejez puede ser el tiempo de nuestra dicha, hagámoslo posible", que sintetiza el horizonte al que deben dirigirse los trabajos de la sociedad entera.

Pero antes, José Luis Rodríguez Zapatero agradeció y reconoció la aportación que las personas mayores han hecho al país. Asimismo se comprometió a aprobar el año próximo un plan integral de envejecimiento activo, y garantizó que el Consejo Estatal de las Personas Mayores participará en las negociaciones del Pacto de Toledo. Además señaló que "el Gobierno quiere dar una voz fuerte al movimiento asociativo y promover la participación de las personas mayores en la sociedad. Tenemos por delante, continuó diciendo Rodríguez Zapatero, una tarea extraordinariamente rica que da un resultado tangible y genera bienestar y ciudadanía".

Además, solicitó la colaboración del Consejo Estatal de las Personas Mayores en la elaboración de un Libro Blanco de las Personas Mayores y el Envejecimiento en

España, en el que se basará el "Plan Integral para el Envejecimiento Activo" que el ejecutivo pretende poner en marcha el próximo año.

Rodríguez Zapatero recordó el aumento experimentado por las pensiones en los últimos cuatro años, y señaló que hay que continuar mejorándolas e incrementando su cuantía. El Presidente del Gobierno, José Luis Rodríguez Zapatero hizo referencia al nivel de cumplimiento y desarrollo de la Ley de Dependencia, "es la Ley social más importante de esta etapa del Gobierno que constituye el cuarto pilar del Estado de Bienestar".

También tuvo palabras de reconocimiento y agradecimiento para la labor desarrollada por el Consejo Estatal de las Personas Mayores, porque "todo lo que hacen lo hacen pensando en los que venimos detrás, por lo que su trabajo tiene un gran mérito".



# Conclusiones del III Congreso Estatal de Personas Mayores de España

## Envejecimiento y participación

1. Considerar la participación como un eje fundamental del desarrollo de la personalidad de los mayores
2. Entendemos esencial la participación de las personas mayores en todas las cuestiones que les afecten directa o indirectamente
3. Ponemos de manifiesto que la aportación de las personas mayores a la sociedad es realmente considerable.
4. Las personas mayores exigen participar en la toma de decisiones en las políticas relacionadas con los servicios sociales.
5. Es imprescindible abrir cauces a la iniciativa personal y colectiva de las personas mayores.
6. Reclamamos la presencia activa de las personas mayores en la política, especialmente en la vida municipal.
7. Sólo las personas mayores son las que deben decidir lo que conviene a sus intereses.
8. Reclamamos la presencia de la representación de las personas mayores en el Pacto de Toledo, en el Consejo Económico y Social y en los Consejos de Administración de las Cajas de Ahorros.
9. Exigimos la eliminación de todos los factores excluyentes o discriminatorios que aparezcan en contra de las personas mayores.
10. Las personas mayores se sienten partícipes, en alguna medida, de los avances tecnológicos y de los cambios favorables experimentados por la sociedad.
11. Los hábitos saludables ejercen una influencia decisiva en la prolongación de la vida.
12. Es indispensables establecer en la enseñanza infantil, primaria y secundaria programas educativos que enaltezcan los valores intrínsecos de la vejez y su rol en la sociedad.
13. Las personas mayores dedican su tiempo, de forma altruista, al servicio de la sociedad.
14. Reclamamos de las Administraciones Públicas la adopción de medidas que faciliten el acceso a Internet de las personas mayores.
15. Las personas mayores son creadoras de riqueza y rechazan categóricamente que constituyan una carga para la sociedad.
16. Las personas mayores realizan una labor de estabilidad y sostenimiento de muchas familias.
17. Las Administraciones Públicas deben seguir fomentando el asociacionismo de los mayores.
18. Es necesario garantizar la accesibilidad a las personas mayores, posibilitando la supresión de barreras.
19. Es imprescindible un movimiento asociativo fuerte para posicionarse con un mayor grado de influencia ante los poderes públicos.
20. Se demanda de los medios de comunicación, tanto públicos como privados, una mayor atención para las personas mayores y las actividades de sus organizaciones representativas.
21. El Consejo estatal de las Personas Mayores debe servir para que las aspiraciones del colectivo de mayores se trasladen a los poderes públicos y sean tomadas en consideración
22. Es preciso establecer protocolos interdepartamentales de detección de maltratos a las personas mayores.
23. Deben agilizarse las medidas de tutela, curatela y autotutela.
24. Garantizar un registro eficaz del documento de voluntades anticipadas o testamento vital.
25. Crear un marco legal necesario para que todas las personas tengan derecho a una muerte digna en plena libertad.



## Igualdad de oportunidades

1. Somos conscientes de que no hay posibilidad de igualdad de oportunidades si no existe una situación económica que ofrezca una cobertura suficiente para una vida digna.
2. Exigimos evitar el “edadismo” porque es un estereotipo que influye negativamente tanto en el trato que se da a las personas mayores como la propia actuación de éstas.
3. Exigimos que se vigilen estrechamente y eviten las jubilaciones anticipadas para que solo se produzcan las de carácter voluntario y excepcional así como sus consecuencias.
4. Exigimos una formación permanente a lo largo de la vida en todas sus dimensiones.
5. Exigimos el derecho a la prevención y protección social y de salud de las personas mayores sea equivalente a la del resto de la población. Faltan geriatras.
6. El Gobierno Central y los Autonómicos actuales y venideros, han de dedicar los recursos necesarios para el previsto desarrollo de la Ley de Autonomía Personal y de Atención a la Dependencia, de forma igualitaria en todo el territorio nacional.
7. Recomendamos la adopción de un enfoque en todas las políticas públicas que tenga en cuenta las relaciones de género en la vejez, y muestre la heterogeneidad del proceso de envejecimiento de hombres y mujeres.

## Relaciones intergeneracionales

Conscientes de que el mantenimiento de la solidaridad intergeneracional, dentro y fuera de la familia, es un aspecto esencial en la aproximación moderna al envejecimiento activo, la ponencia sobre relaciones intergeneracionales del Tercer Congreso del Consejo Estatal de las Personas Mayores, ha llegado a las siguientes conclusiones:

1. Entendemos como relaciones intergeneracionales las del tipo que sean que se dan entre miembros de distintas generaciones y consideramos que las generaciones son interdependientes e interactúan entre ellas.
2. Constatamos que los organismos internacionales como Naciones Unidas y la Unión Europea han resaltado la importancia de fomentar la solidaridad entre generaciones y desarrollar nuevas formas de solidaridad intergeneracional.
3. Apreciamos que las relaciones intergeneracionales en España están más arraigadas que en otros países, sobre todo en el ámbito familiar, especialmente en el entorno rural.
4. Creemos que potenciar estas relaciones produce beneficios a todas las generaciones implicadas e incide positivamente en cuestiones como el evitar el aislamiento, la soledad..., e incrementa las posibilidades de envejecimiento activo.
5. Esperamos que la aplicación de la Ley de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las Personas en Situación de Dependencia contribuya a reconocer y valorar mejor el cuidado intergeneracional.
6. Asimismo, es importante también tener en cuenta los aspectos interculturales que se entrecruzan en las cuestiones intergeneracionales.
7. Teniendo en cuenta lo anteriormente expuesto, proponemos a las entidades públicas y privadas, potenciar la formación de personas en intergeneracionalidad, capaces de conseguir la puesta en marcha de programas que favorezcan la construcción de una auténtica sociedad para todas las edades.



## Ariel Ferrari

*Director Representante de los Trabajadores del Banco de Previsión Social de la República del Uruguay*

Escucha con atención las preguntas, medita las respuestas y cuando contesta se tiene la sensación de que se le agolpan las ideas, parece que éstas le surgen con mayor velocidad que las palabras, por eso se ayuda de una gran expresividad, refuerza sus explicaciones con su mirada, que también habla, reafirma las respuestas con el gesto de sus manos, de toda la corpulencia de su cuerpo. Ariel Ferrari está orgulloso de formar parte como representante de los trabajadores del órgano de dirección del Banco de Previsión Social de la República del Uruguay, organismo que gestiona en Uruguay las prestaciones sociales.

Texto | JV-PG Fotos | M<sup>a</sup> Ángeles Tirado Cubas

*“Profundizar en los cambios sociales”*

### ¿Qué es el Banco de Previsión Social de Uruguay y qué funciones cumple?

Es el Instituto de Seguridad Social, que es el encargado de dar las prestaciones sociales a más del noventa por ciento de la sociedad. Hay otros institutos que gestionan los servicios de retiro de la policía, de los militares, de los profesionales universitarios y los bancarios, por lo que estos trabajadores quedan fuera de las competencias de este Instituto. El Banco de Previsión Social, —BPS—, tiene una característica particular que en otros países no se da, es que además de las prestaciones de corto y largo plazo, además de participar en la atención de la salud, tiene una maternidad en la que nacen el 20% de los niños; da prestaciones de incapacidad a los trabajadores; tiene un centro de atención a malformaciones congénitas de muy alta especialización para los hijos de los trabajadores de la actividad privada, que ahora, con el Sistema Integrado de Salud, pretendemos que sea parte de la atención pública, por-

que este sistema tiene un componente público y otro privado, hay instituciones cuya finalidad no es el lucro, que son mutualistas de prepagó a los que se contrata.

Además, hacemos la recaudación de los tributos de la seguridad social y de algunos impuestos, como el impuesto de rendimiento de las personas físicas de los trabajadores y de los jubilados.

### ¿Cómo está constituida la dirección del BPS?

Por mandato constitucional, está constituido por siete miembros que son los responsables de la gestión, de la administración. Es un ente autónomo que elabora su presupuesto anual, que una vez estudiado por el ejecutivo pasa a la Asamblea General que tiene un plazo de treinta días para resolver las observaciones realizadas al presupuesto.

De los siete miembros, cuatro son propuestos por el Presidente de la República con la venia del senado de la República,

son los directores políticos, hay también tres directores sociales. Están representados los empresarios, los trabajadores y un representante de jubilados y pensionistas.

Al año siguiente de la toma de posesión del Presidente de la república hay elecciones en los tres órdenes sociales, que se eligen por sufragio universal de los trabajadores registrados.

En mayo de 2006 hemos sido elegidos por el 51% de los trabajadores registrados en una lista única de la central sindical que tiene una posición bien definida respecto a qué seguridad social queremos, somos críticos con el modelo que tenemos hoy en Uruguay, está teniendo cambios importantes en los que habrá que profundizar para llevarlos a cabo.

### ¿Qué papel desempeña el Director Representante de los Trabajadores

Tiene la misma responsabilidad que los otros seis directores, los asuntos se resuelven por mayoría.



Existe representación de los trabajadores desde 1992, cuando se asumió el directorio por mandato constitucional, que hasta entonces no se cumplía. Nos involucramos muy fuertemente en la gestión y en la participación para crear un fuerte vínculo, no sólo con los trabajadores, sino con toda la sociedad.

### Qué políticas de seguridad social se llevan a cabo a través del BPS

Es muy amplio, aunque lo más importante es la convocatoria que el Presidente de la República hizo en junio de 2007 en la que instó al diálogo sobre seguridad social, éste diálogo se celebró entre el segundo semestre de 2007 y el primero de 2008, cerca de 80 organizaciones e instituciones de la seguridad social, de trabajadores, de empleadores, de jubilados fueron invitados

a participar. Se celebraron más de cincuenta reuniones de las que surgieron unas conclusiones que entregamos al Presidente de la república en abril de 2008, todas ellas consensuadas, con medidas a corto y largo plazo. Las de corto plazo ya se están transformando en leyes. Lo importante es que antes de esas leyes hubo consulta con los actores sociales.

Ha habido cambios sustanciales, primero en lo que tiene que ver con la niñez; se han producido cambios en las condiciones para conceder las prestaciones familiares, aumentando la cuantía, valorando más que antes la vulnerabilidad socioeconómica del ámbito en el que se desarrolla la vida del niño. Se presta gran atención al tema del género, cuando la mujer está en periodo de lactancia o al cuidado de enfermos y no puede cotizar se le reconoce un año coti-

zado por cada hijo vivo, pudiendo reconocerse hasta un máximo de cinco años. También se ha reducido en cinco años la jubilación necesaria para jubilarse.

### ¿Qué cobertura social reciben los adultos mayores en Uruguay?

La cobertura es muy alta, aunque insuficiente en relación a la cuantía de las pensiones. Más del 80% de los mayores de 65 años tienen alguna prestación de la seguridad social. En un país de poco más de tres millones pagamos más de 700.000 prestaciones, entre pensiones de viudedad y jubilaciones a más de quinientas mil personas.

Un cambio sustancial producido con la creación del Sistema Integrado de Seguridad Social, es que todo trabajador que estaba cubierto por el Fondo Nacional de Salud, la ley anterior, al jubilarse mantie-

“  
Existen una serie de programas para jubilados de bajos ingresos, como es el plan de soluciones habitacionales, que trata de resolver el problema del techo”

“  
Chicos huérfanos que cursan estudios en el instituto del estado son visitados por ancianos, tratando así de crear una red relaciones intergeneracionales”

“  
Más del 80% de los mayores de 65 años tienen alguna prestación de la seguridad social”



nen la cobertura del Fondo Nacional de Salud en las mismas condiciones que cuando estaba en activo.

Existen una serie de programas para jubilados de bajos ingresos, como es el plan de soluciones habitacionales, que trata de resolver el problema del techo. Hay otros programas en los que estamos trabajando con mucha intensidad, como son los relacionados con el turismo social. Estamos tratando de tener una política de adultos mayores que hasta ahora no teníamos, desde cuantías insuficientes se ha llegado a aumentos diferenciales para los jubilados de menores ingresos; se tienen en cuenta los ingresos del hogar. Esto es un cambio sustancial que ha llevado a que unos 150.000 jubilados tuvieran durante cinco años consecutivos subidas tres puntos porcentuales por encima de la subida general.

#### **¿Cómo están planteadas las relaciones intergeneracionales en Uruguay?**

A nivel institucional se han empezado a desarrollar algunos trabajos encaminados a vincular a los ancianos con los niños y los jóvenes, estos trabajos se inscriben en el Programa del Abuelo Amigo, por el que

chicos huérfanos que cursan estudios en el instituto del estado son visitados por ancianos, tratando así de crear una red relaciones intergeneracionales.

#### **¿En qué situación se encuentra el asociacionismo de adultos mayores en Uruguay?**

Es muy importante la existencia de una organización nacional de jubilados y pensionistas que representa a asociaciones de carácter territorial, regional. Igualmente, hay otras asociaciones de mayores que nacen y conviven en las estructuras sindicales en donde se conjuga el ámbito gremial con el territorial.

#### **En su opinión, ¿qué puede aportar RIICOTEC a la política del Banco de Previsión Social de Uruguay?**

Dada su vasta experiencia puede aportar muchísimo, su rigor técnico en su actuación que es sustancial para los cambios que pretendemos hacer, porque conjugados la experiencia con el rigor técnico nos puede dar el impulso para poder consolidar los cambios que se pretenden hacer para conseguir que las condiciones de vida de los adultos mayores de Uruguay sean mejores que las que hoy tienen.

## Productos de apoyo

# Foro de información y asesoramiento

Con el objetivo de coordinar la información sobre productos de apoyo —ayudas técnicas—, así como facilitar el acceso a la misma por parte de usuarios y profesionales, el IMSERSO, a través del Centro de Referencia Estatal de Autonomía Personal y Ayudas Técnicas, CEAPAT, impulsa la creación del Foro de Centros de Información “iProA”.

Fotos | Vázquez-Prada



Facilitar el acceso a la información y al asesoramiento sobre productos de apoyo a usuarios y profesionales es el objetivo del Foro “iProA”, impulsado por el IMSERSO.

Para conseguir sus objetivos el Foro plantea la necesaria colaboración entre los centros de información para conseguir una información actualizada, veraz y adecuada accesible para los usuarios, personas en situación de dependencia y sus familias, así como para los profesionales, de tal manera que les sea de utilidad para mejorar su calidad de vida.

La disponibilidad de información sobre productos de apoyo se considera un elemento clave para la efectiva promoción de la autonomía personal. Por ello es esencial que los contenidos de esta in-

formación sea clara, suficientemente contrastada, imparcial y lo más actualizada posible.

Por ello el Foro “iProA” se plantea la necesidad de la utilización de lenguajes comunes que faciliten el intercambio de la información, así como el uso de una clasificación y una nomenclatura normalizada, mediante la aplicación de la Norma UNE EN ISO 9999.

El Foro se configura como un lugar de intercambio de buenas prácticas y de la búsqueda de soluciones eficaces para mejorar las condiciones de vida de las personas dependientes y las personas discapacitadas, compartiendo conocimientos sobre productos de apoyo y nuevas tecnologías.

Al acto de presentación del Foro “iProA” asistió la Directora General del IMSERSO, Pilar Rodríguez, quien en su intervención destacó la importancia de contar con un Foro que sirva para coordinar la información y los conocimientos de los Centros de Información y Asesoramiento que facilite el acceso a la misma de los usuarios y profesionales pues, “facilitar el acceso a estos productos ha sido una constante en las recomendaciones que emanan de los organismos internacionales”, y continuó señalando que “la Convención Internacional de Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad establece la obligación de los poderes públicos de promover el acceso a los nuevos sistemas y tecnologías de la información y la comunicación, incluida Internet”.



Asimismo, Pilar Rodríguez consideró “imprescindible promocionar los recursos, difundir las estrategias para promocionarlos y dar a conocer las herramientas de información y consulta”.

Por otra parte, reconoció la dificultad para facilitar la información debido, por un lado, a la dispersión del mercado, y por otro lado, al incesante desarrollo de los productos accesibles relacionados con la sociedad de la información y la comunicación.

En relación con la creación del Foro, Pilar Rodríguez señaló que “propiciará y fomentará la colaboración entre proveedores de información sobre productos de apoyo, mejorando el mercado de los mismos, y facilitará el acceso de los ciudadanos a la información”.

También indicó que el Foro “iProA” debería servir para el intercambio de información y asesoramiento con usuarios, proveedores y profesionales de Iberoamérica a través de la Red Intergubernamental Iberoamericana de Cooperación Técnica, RIICOTEC.

Los trabajos del Foro “iProA” estarán coordinados por el Centro de Referencia Estatal

de Autonomía Personal y Ayudas Técnicas —CEAPAT—, y cuenta con la participación activa de las Delegaciones del CEAPAT en los CRMF del Imserso; el CPAP del Imserso en La Coruña; así como los Centros CAAT de Asturias, Disminuidos Físicos de Aragón; SINPRONI de Canarias; CAT de Cantabria; SIRIUS de Cataluña; CIDAT de Madrid; el Centro de Autonomía Personal de la Diputación Foral de Álava; y los Centros Etxetek de la Diputación Foral de Guipúzcoa.

Para compartir los conocimientos y recursos el Foro iProA se coordinará con otras redes y plataformas, entre las que destacan la Red europea EASTIN, Red de Centros de Información en Productos de Apoyo, con la Asociación AAATE para el Avance Tecnológico de Apoyo en Europa, Red Intergubernamental Iberoamericana de Cooperación Técnica —RIICOTEC—, Red Europea de Diseño para Todos Idean.



Centros Sírius de la Generalitat de Catalunya

# Asesoramiento para la autonomía personal

El Centro de Autonomía Personal Sírius es un servicio de información, asesoramiento y orientación en todos los temas relacionados con la autonomía personal, dependiente del Instituto Catalán de Asistencia y Servicios Sociales de la Generalitat de Catalunya. Su nombre viene de la estrella Sírius que en épocas pasadas, sirvió de guía y orientación a muchos viajeros.

Texto | Teresa Elorduy Hernández-Vaquero [Centre d'Autonomia Personal Sírius].  
Fotos | Sírius

## OBJETIVOS Y FUNCIONES

Su objetivo es que las personas que han perdido su autonomía personal a causa de la discapacidad tengan un lugar de referencia donde informarse de soluciones y recursos para mejorar su calidad de vida y aumentar su autonomía personal.

Cuenta con cuatro centros colaboradores satélites para acercar la información a los ciudadanos (Lérida, Vic, Granollers y Vilafranca del Penedés)

Una de sus funciones es ayudar a clarificar el mercado de los productos de apoyo. El campo se va desarrollando y ampliando y es muy difícil tener una información clara, actualizada, accesible separada de aspectos comerciales.

Otra de sus funciones es el asesoramiento individualizado. Personas "nuevas" en el ámbito de la discapacidad, que se encuentran desbordadas por la nueva situación, necesitan un centro de referencia que escuche, ordene sus pro-

blemas, les oriente y asesore en los cambios que necesiten para adaptar su vivienda y les informe y aconseje de productos de apoyo que les puede ayudar en su vida y también les acompañe en los primeros pasos de trámites, gestiones de ayudas...

El centro también participa en la actualización de los programas de ayudas que tiene el Departamento de Acción Social y Ciudadanía, para subvencionar los productos de apoyo y las obras de adaptación de la vivienda del usuario. El coste tan elevado de los productos de apoyo haría muy difícil la adquisición de los mismos sin una subvención.

Y por último, otra de sus funciones es el apoyo a la formación de profesiones relacionadas con la salud y los servicios sociales y con la atención directa y el cuidado de personas con discapacidad y personas mayores.

## FUNCIONES PRINCIPALES DE CARA A LOS USUARIOS

### Área de accesibilidad

Las personas con problemas de movili-





dad, muchas veces se encuentran con barreras para entrar y salir de su vivienda y para moverse dentro de la misma, usar los muebles y objetos o realizar las actividades normales de cada día.

Desde el área de accesibilidad, un profesional especializado en accesibilidad orienta la adaptación más adecuada a cada caso, familia y necesidad concreta, utilizando las diferentes opciones que pueden verse en la exposición para que la persona pueda ele-

gir la que más se ajuste a sus expectativas y a sus intereses particulares.

También se les informa de los recursos y programas de ayudas a que pueden acogerse y de las normativas que les amparan para poder realizar las obras.

### Área de productos de apoyo

Son muchas las causas y enfermedades que pueden hacer que acciones y activi-

dades comunes se conviertan en difíciles o imposibles. Moverse con independencia, poder disfrutar de una butaca o cambiar de posición en la cama. Cocinar, usar el teléfono, ducharse con seguridad, leer un libro o conducir... pueden verse afectados.

Desde el área de productos de apoyo, un profesional informa de las diferentes soluciones, enseña, ayuda a probar los productos que están en la exposición, aconseja las adaptaciones, los productos de apoyo y la forma de usarlos que pueden facilitar o suplir esos problemas. Tanto para ganar autonomía personal como para facilitar la tarea de los cuidadores.

### Área de comunicación

Otra de las funciones que pueden estar afectadas por una discapacidad, es el habla. Desde el área de comunicación, los profesionales, buscan una alternativa para que la persona pueda comunicarse. Se valora, se prueba, se entrena, se forma a las personas del entorno y se hace un seguimiento de soporte.

También asesoran la mejor forma de acceder al ordenador, dando la oportunidad de probar todas las formas de acceso que existen en el mercado.

Y por último valoran y orientan para que personas con muy poca movilidad sean capaces de realizar acciones sencillas de la vida diaria, pero importantes para la persona, de forma que puedan controlar el máximo de su entorno.

### LOS CENTROS SÍRIUS ABIERTOS A LA SOCIEDAD

Después de 18 años de atención al público, los profesionales de atención primaria de servicios sociales y los de salud, conocen y confían en el servicio que ofrecemos los centros de autonomía personal





y nos derivan a los usuarios que ellos detectan que tienen problemas de accesibilidad, han perdido parte de su autonomía personal o tienen problemas para realizar alguna actividad.

También los equipos de valoración de la discapacidad y de la dependencia nos derivan a los usuarios si creen que podemos ayudarles en alguna de las tres áreas.

Y sin hacer difusión, las consultas se han ampliado porque la accesibilidad, la adaptación del entorno y los productos de apoyo, afectan a muchos ámbitos, por lo que nos consultan muchos profesionales de diferentes áreas, como arquitectura, vivienda, ámbito residencial, trabajo, enseñanza, ocio, transporte, y por supuesto servicios sociales y salud.

En cuanto al soporte que damos a la formación, tampoco podemos hacer difusión del servicio pues no podemos atender a todos los centros que nos piden talleres y visitas formativas. Esta información se ha transmitido de boca en boca.

También los usuarios, pueden acceder a la información de nuestro servicio a través de la web del Departamento de Acción Social y Ciudadanía de la Generalitat de Catalunya.

## QUÉ EXPECTATIVAS TIENE ANTE LA CREACIÓN DEL FORO

El Programa de Acción mundial, considera obligación de los Estados, posibilitar que las personas con discapacidad, puedan disfrutar de todos los servicios que se ofrece al conjunto de la comunidad.

El Consejo de Europa, dicta resoluciones para que cada Estado realice todos los esfuerzos necesarios para que los espacios y los transportes sean accesibles.

La Asamblea general de Naciones Unidas aprueba las Normas Uniformes de igual-



dad de Oportunidades y esta haciendo un esfuerzo importante para clarificar el mercado de los productos de apoyo ayudando a la comunicación y el entendimiento entre países.

A nivel nacional se aprueban leyes que van encaminadas a cumplir estos objetivos.

El Foro será un paso más, ya que, la demanda del colectivo y de los profesionales relacionados, es la gran dificultad que encuentran para conseguir información y conocer los productos de apoyo.

Creemos que desde el Foro podremos desarrollar estrategias y buscar nuevos caminos para mejorar la difusión de la información.

Una información clara, adecuada, accesible y completa es uno de los factores que ayudarán a que la persona pueda encontrar el producto que necesite.

En el Foro participamos 10 centros de todo el Estado y, aunar ideas, experiencias y conocimientos, nos enriquecerá a todos y servirá para que cada uno mejoremos nuestro servicio.

El campo de los productos de apoyo es muy complejo porque se compone de un conjunto de elementos absolutamente heterogéneo, que abarcan y que usan para su construcción muy diversos materiales, y

que pueden ser objetos muy sencillos como un vaso de plástico y en algunos casos llegan a incorporar las últimas tecnologías y vienen de áreas completamente diferentes, así que el primer paso es reunir la información y ponerla en un formato accesible.

Pero eso no es suficiente, porque en algunos casos se necesitará el asesoramiento por parte de profesionales expertos en las diferentes áreas y, también en muchos casos, será necesario probar los productos para comprobar que se adapta y cumple con las expectativas que buscaba.

Así que, desde el Foro, definiremos las características de un centro óptimo para ofrecer este servicio al público.

Estamos en la primera etapa, el Sírius tiene puestos en el Foro mucha ilusión y expectativas, ya que tenemos la intención de avanzar en el desarrollo de nuestro servicio y, el Foro y las experiencias de otros centros que tienen el mismo objetivo, nos ayudará a definir los cambios con esas pautas que vayamos elaborando, para actuar coordinados.

Hasta este momento, nuestro servicio iba prioritariamente encaminado a la atención individualizada y a dar soporte a las personas, familias y profesionales que nos consultaban y venían a nuestro centro y hemos trabajado menos en poner a disposición toda la información.

Y también nos ilusiona que nuestra experiencia de 18 años del centro, sirva como un modelo más a otras comunidades que también están avanzando en su servicio de información en productos de apoyo.



# La Casa Domótica

## *La vivienda al servicio de personas con discapacidad y personas dependientes*

Texto | José Malo Campos [Responsable de la delegación del CEAPAT en el CRMF de San Fernando, Cádiz, España].  
José M. Mera Gómez [Arquitecto Técnico de la Delegación del CEAPAT en el CRMF de San Fernando, Cádiz, España].

**La delegación del Centro Estatal de Asistencia Personal y Ayudas Técnicas, CEAPAT, del CRMF de San Fernando, Cádiz, España, centro dependiente del IMSERSO, ha desarrollado un experiencia piloto del control domótico de la vivienda, que pone el hogar al servicio de las personas con discapacidad y personas con dependencia.**

El calendario es incuestionable, estamos en el siglo XXI. Nuestra sociedad está cambiando a gran velocidad. Las tecnologías nos permiten hacer cosas con las que antes no podíamos ni siquiera soñar. Pero... ¿quién accede a estas tecnologías? Estaremos convencidos de que vivimos en el siglo XXI si esas cosas y esos sueños son para todos.

Durante las últimas décadas las Nuevas Tecnologías han adquirido una importancia enorme en nuestras vidas: teléfonos

móviles, Internet, telecomunicaciones, pequeños ordenadores portátiles que controlan nuestros coches y hasta nuestros microondas. Estas tecnologías han entrado en nuestra casa, en nuestro trabajo y en nuestra vida con el supuesto objetivo de hacerlas más duraderas, más apasionadas, más cómodas... aunque no siempre sea así.

Estamos permanentemente comunicados; con un solo clic del ratón, entramos en Internet o lanzamos un correo electrónico

al otro lado del mundo; la tecnología lo impregna todo; y la medicina de la mano de estas tecnologías avanza con pasos sorprendentes. Y no solamente la medicina. La tecnología en el mundo de la salud emerge como uno de los grandes protagonistas de nuestro siglo.

Todo ello hace que la esperanza de vida haya aumentado considerablemente en las últimas décadas, lo que permite que enfermedades, incluso neurodegenerativas o lesiones medulares ocasionadas por accidentes laborales o de tráfico, que afectan cada año a más personas, tengan un impacto creciente en lo social, en lo sanitario y en lo humano.

Con el objetivo de mejorar la calidad de vida de las personas con algún tipo de discapacidad, el Centro de Recuperación de Personas con Discapacidad Física (CRMF) dependiente del IMSERSO con la colaboración del Centro Estatal de Autonomía Personal y Ayudas Técnicas (CEAPAT) promueve iniciativas para incorporar las Nuevas Tecnologías en el mundo de las personas discapacitadas. El "mundo", en la mayoría de los casos se circunscribe al entorno próximo, al hogar, donde la domótica deja de ser un lujo para convertirse en necesidad.



## Aparición de la demótica y sus prestaciones

Es la incorporación de tecnologías de control en nuestro hogar. Tecnologías para avisar que una persona se ha caído en su habitación, y el familiar, cuidador o vecino más cercano acuda en su ayuda. O que pudiera cerrar la ventana al detectar viento o lluvia, cerrar la llave de paso al detectar agua en el suelo, o cortar el gas cuando se nos ha olvidado apagarlo por el motivo que sea. Que encienda la luz cuando existe presencia siendo la luz del día escasa y la apaga cuando no hay nadie en la habitación o es de día... y un largo etcétera cuyo límite está en la imaginación del usuario.

Lo lógico sería plantear una opción básica que incluya las máximas aplicaciones, con el equipamiento mínimo para las necesidades planteadas por el usuario. Este sistema permitiría la adaptación de la instalación eléctrica a las distintas características de una amplia tipología de discapacidades. Es decir, permitiría, sin modificar la canalización eléctrica básica, incorporar elementos de automatismo en función de las necesidades futuras.

El sistema permite la conexión a él de infinitud de periféricos estándar (sensores de paso, sondas de temperatura, etc.) y elementos específicos para personas discapacitadas como puertas de apertura automática, mandos a distancia especiales para control, etc.

Una vez realizada la instalación esta queda preparada para que el usuario indique desde donde desea controlar cada elemento y la programación se hará a medida de éste. Esto quiere decir que con un coste idéntico y los mismos elementos se podría adaptar en función de la discapacidad del usuario. Por ejemplo, mediante la programación, todas las maniobras podrían ir seguidas de un sonido de confir-

mación para el caso de un usuario invidente o un indicativo luminoso en el caso de discapacidad auditiva.

Las prestaciones básicas de un sistema estándar, ya evaluado, para distintos grupos de personas con discapacidad ligera y media, incluidos USR han ido encaminadas hacia:

1. Control de iluminación
2. Control energético
3. Control de electrodomésticos
4. Control de climatización
5. Control de persianas y puertas
6. Seguridad activa
7. Control del riego (opcional)
8. Control mediante módem telefónico
9. Control intensidad de luz (dimmer)
10. Control para actuaciones temporizadas
11. Control remoto y mando adaptado

### 1. Control de iluminación

El encendido y apagado de luces se realiza a través de elementos que al activarse ante la presencia de una persona, cuando la luz es escasa, provocan el encendido automático de la iluminación de la zona, así como su apagado cuando se abandona. Esta activación y desactivación automática se basa en la colocación de detectores pasivos de infrarrojos, volumé-



tricos, barreras de paso, etc., repartidos en las diferentes partes de la vivienda. Pueden accionar las luces de pasillos, habitaciones, garaje, jardín, escaleras, despensa, etc., de forma temporizada (un tiempo definido en función de las características del usuario por ejemplo, de 3 a 30 minutos en un baño) o fija mientras la persona se encuentre en la zona.

Se pueden complementar los elementos automáticos con pulsadores situados en los lugares donde el acceso sea fácil, y en cada estancia encenderán y apagarán sus respectivas luces.

Temporización de las luces interiores y/o exteriores según la intensidad de luz solar, a través de un detector crepuscular (discrimina entre noche y día).

Temporización de las luces interiores y/o exteriores a horas convenidas los días escogidos (por ejemplo, todos, laborables, festivos, lunes y martes, etc.).

Los timbres podrán hacer sonar los "ding-dong" y además, encenderán las luces de la estancia deseada sólo si es de noche, o en función del usuario, por ejemplo sordo, encender la/las luces convenidas para entender, por ejemplo, que llaman a la puerta.

Con este sistema modular programable, cada pulsador no se limita a realizar una única función apagar o encender una luz, pulsando de forma habitual, sino que al pulsar de forma larga, más de 1 ó 2 segundos para evitar maniobras accidentales, se pueden apagar todas las luces de la estancia o de todo el edificio, así como desconectar aquellos enchufes que se desee.

Las luces de los lavabos pueden temporizarse, junto con el extractor de los mismos, para que se enciendan simultáneamente; al apagar la estancia el extractor seguirá funcionando, por ejemplo, 3 minutos más.

Las lámparas que estén conectadas a enchufes se podrán apagar/encender mediante un pulsador definido previamente por el usuario que anulará/activará la corriente del enchufe.

Otra opción para el cuarto de aseo o para habitaciones concretas consistiría en que al pulsar de forma habitual, se temporizase la luz, por ejemplo, durante 4 minutos. Si deseásemos prolongar la estancia, pulsando largo se encendería la luz de forma permanente hasta que la queramos apagar al salir.

Una opción interesante es la función "Guía". Un pulsador, como pueda ser el de la mesilla, activará durante el horario nocturno, las luces del recorrido establecido por el usuario, con el fin de no caminar a oscuras.

## 2. Ahorro energético

Si el responsable lo desea, se puede conectar/desconectar la corriente de acceso a los electrodomésticos y acumuladores de calor, para disfrutar de las ventajas de las tarifas especiales. Esto será posible desde los mismos mecanismos de encendido y apagado de la iluminación o desde su puesto central de mando para evitar tener que acceder a ningún elemento de control situado en la misma toma de corriente



Dentro de este apartado se incluirá la lavadora, la secadora y el lavavajillas. Además es posible diseñar el sistema para que estos elementos y el resto de más consumo estén controlados de forma que en ningún caso todos a la vez estén conectados sino en función de unas prioridades que marca el usuario. Esto permite una gestión energética de cara a un consumo más equilibrado.

## 3. Control de electrodomésticos

Desde el punto central de control podrían ser desconectados los aparatos eléctricos en la vivienda para evitar accidentes o simplemente facilitar el control del uso de los electrodomésticos, con la garantía de priorizar los electrodomésticos en funcionamiento para no exceder la potencia contratada y así evitar el corte del fluido.

## 4. Control de climatización

A través de la instalación eléctrica, el sistema puede controlar por zonas y horarios la calefacción y aire acondicionado de la vivienda.

Los termostatos actuarán sobre cada zona regulando la temperatura de la misma.

Detectores de apertura de puertas y/o ventanas pueden cerrar la calefacción y/o el

aire acondicionado de la zona en cuestión al abrirse las mismas.

El control se realizará desde pulsadores, esto facilita al usuario la maniobra de los equipos desde tantos puntos repartidos por la vivienda como necesite para evitar desplazamientos y movimientos difíciles. Por ejemplo, en la cabecera de la cama, se dispondrá de un pulsador que con una pulsación corta desconecte la luz de la habitación y con una larga desconecte (o conecte) la calefacción.

## 5. Control de Persianas. Puertas automáticas. Rampas de subida y/o bajada...

Control individual de cada persiana desde cada habitación.

Control general de todas las persianas (subida/bajada) o toldos desde la habitación principal, desde el recibidor, desde el garaje, etc.

Temporización semanal de la subida/bajada de las mismas, para evitar la subida o la bajada manual cada día, y para actuar como simulación de presencia.

Control general automático a través de detectores:



1. Anemómetros (que bajan las persianas o suben los toldos al detectar viento).
2. Crepusculares (que bajan las persianas y recogen los toldos al hacerse de noche. Y la operación inversa al hacerse de día).
3. Detectores solares (que bajan las persianas hasta la mitad al detectar un nivel de luminosidad elevado).
4. Pluviómetro (que recoge los toldos o baja las persianas para que no se mojen ellos o los cristales).

## 6. Seguridad activa

Se puede activar la simulación de presencia desde el pulsador del vestíbulo, por ejemplo, al salir del recinto o de forma temporizada (a horas convenidas) para que el sistema encienda y apague luces y/o la radio, televisión, de forma aleatoria, actuando como disuasorio de posibles extraños.

Mediante un pulsador se puede desactivar la corriente en algunos o todos los enchufes que sean un peligro potencial para los pequeños de la casa (casos de Autismo u otro tipo de discapacidad).

## 7. Control del riego

Mediante el sistema podemos temporizar las diferentes zonas de riego adecuándolas a las necesidades de las plantas, haciendo actuar los aspersores o goteos de forma conjunta o individualizada. Se pueden incorporar detectores de humedad que pongan en funcionamiento las funciones de riego cuando se necesite, o solamente lo haga en días alternos, o simplemente al actuar sobre un pulsador, o llamando por teléfono.

El fácil acceso a los pulsadores de la luz es aprovechado para tener un punto de control del resto de los elementos (calefacción, riego...).

## 8. Módem telefónico, su utilidad

A través de un teléfono exterior a la instalación podrá el usuario llamar a la misma y activar o desactivar cualquier función que tenga conectada al sistema, por ejemplo, aire acondicionado, calefacción, riego, subir y bajar las persianas y/o los toldos, simulación de presencia, luces exteriores del jardín, lavadora, horno, circuitos de TV, alarmas, etc.

Paralelamente, cuando se produce una alarma en la instalación se establece una llamada a uno de los cuatro números pre-establecidos, emitiendo un seguido de pitidos que permiten identificar que se ha producido una alarma en la vivienda, y poder cancelarla si es conveniente.

Esta alarma puede ser activada desde elementos de seguridad personal que dispongan de un receptor conectado al sistema.

## 9. Módulo Dimmer

Con este módulo podemos regular la intensidad luminosa de las luces halógenas, de incandescencia o de reactancias electrónicas que el usuario crea conveniente.

## 10. Módulo de temporizadores

Este módulo permite la actuación manual del usuario sobre los temporizadores programados y sobre el reloj interno del sistema de control.

## 11. Control remoto a través de mando de infrarrojos

Todas las funciones comentadas anteriormente pueden ser operadas a través de un mando a distancia (Manual/Barbilla/Soplo/Voz...) y un receptor de infrarrojos o varios distribuidos por la vivienda pudiéndose comandar la iluminación, el riego, las alarmas...

“*En definitiva, se trata de un sistema de control integral de la totalidad de las instalaciones, ya que desde una unidad central convenientemente programada, hace posible la monitorización y el control, de todas y cada una de las funciones requeridas por el mismo, con objeto siempre de cubrir todas las necesidades*”

El número de canales estándar puede ser de 16, con posibilidad de realizar cada pulsador doble función (pulsación corta y larga) dando un total de hasta 32 funciones disponibles.

## MODELO PARA PERSONAS GRAVEMENTE AFECTADAS

El proyecto que a continuación se describe, pretende dar una idea orientativa pero a su vez bastante aproximada, de lo que supondría en términos de seguridad, confort, e innovación de las viviendas tipo residencias domotizadas para personas con discapacidad severa.

Para no alejarnos de la realidad social, se ha pretendido la utilización de viviendas con dimensiones habituales de un hogar medio, por supuesto sin barreras y que sin altos costes en grandes adaptaciones y espacios, permite de manera holgada el desenvolvimiento familiar diario incluyendo a personas con limitaciones funcionales.

El sistema no se dedica únicamente a realizar el control de funciones eléctricas consideradas como tradicionales, sino que amplía las posibilidades al control y monitorización de las mismas, así como de otras funciones. Por ejemplo:

- Estado de puertas y ventanas.
- Detección de presencia en las diferentes habitaciones.
- Detección de caídas.
- Detección de intrusismo.
- Ocupación de camas.
- Llamadas mediante dispositivos ópticos.
- Llamadas mediante interfono.
- Control de enchufes.
- Control de riego.
- Monitorización mediante cámaras en zonas determinadas de acceso (Tele/videoportero).

- Dispositivos especiales para discapacitados.
- Seguridad activa.
- Ahorro energético.
- Control a distancia de diferentes dispositivos.

En definitiva, se trata de un sistema de control integral de la totalidad de las instalaciones, ya que desde una unidad central convenientemente programada, hace posible la monitorización y el control, de todas y cada una de las funciones requeridas por el mismo, con objeto siempre de cubrir todas las necesidades.

### Aspectos Generales

Estaría perfectamente adecuado para el control de iluminación, climatización, vigilancia, seguridad, gestión energética y monitorización de la totalidad de los elementos instalados.

De esta forma se puede conocer en todo instante y desde uno o varios puestos de control el estado de puertas y ventanas, la existencia o no de personas en cada una de las habitaciones, pudiendo conocer si en dichas habitaciones la iluminación se encuentra activa o inactiva, e incluso saber si la persona se encuentra en su cama, o bien en el aseo, etc. Saber no significa ver,

ya que el sistema es totalmente respetuoso con la intimidad de las personas que habitan estas viviendas. El proceso de monitorización realiza cambios de color en la imagen esquemática de la pantalla (cama en verde desocupada, en rojo ocupada).

Además de poder monitorizar las habitaciones de la residencia, se puede implementar esta función sobre los pasillos, comedores y zona exterior del edificio pudiendo controlar la totalidad de dichas dependencias.

El sistema Domótico se caracteriza por su capacidad para adaptarse al usuario en cada instante, por lo que lo convierte en un sistema abierto, y por lo tanto, un diseño que nunca dejará de dar respuestas a las exigencias, deseos y necesidades del usuario.

Una de las características más reseñables, es que el funcionamiento del sistema no depende de unas normas de funcionamiento prefijadas de antemano, sino que la programación de las funciones (por ejemplo, detección de presencia) son decididas por el usuario, adaptándolas a sus necesidades de forma personal e individualizada.

El sistema se gestiona principalmente desde una unidad central basada en microprocesador, la cual se encarga de ana-





lizar toda la información procedente de los diferentes elementos de entrada (por ejemplo, sensores), para posteriormente enviar la sucesiva respuesta a los elementos de salida (por ejemplo, elementos de señalización óptica). Previamente, tanto la información de entrada antes de llegar a la unidad central, como la información de salida antes de alcanzar los elementos de salida, es tratada en unos módulos intermedios de interconexión.

### Ventajas sobre el sistema tradicional

Entre las ventajas que ofrece la sobre cualquier sistema de control tradicional destacamos las siguientes:

**Seguridad:** Cubre una de las necesidades más valoradas por todos, especialmente las personas con discapacidad y sus familiares, como es la seguridad. En el caso de unas viviendas o residencias tipo asistencial, permite a los auxiliares conocer desde un puesto de control, si un determinado usuario se encuentra o no en su habitación, pudiendo saber si está ocupando o

no la cama, o el aseo; igualmente, conocerá si se produce alguna caída en dicha estancia, o bien si se produce una llamada mediante el interfono o a través del sistema de señalización óptica. Además de poder controlar el estado de puertas y ventanas, monitorización de pasillos y zonas exteriores, etc. Todos estos aspectos aportan una gran seguridad al personal supervisor, pero también a los usuarios, ya que éstos últimos tendrán la seguridad de recibir una respuesta inmediata de confirmación de llamada por parte de los auxiliares, sin esperar a que estos se presenten en su vivienda o habitación.

**Confort:** Todos los aspectos anteriormente reseñados, además de aportar seguridad tanto al personal como a los usuarios, suponen lógicamente una mayor tranquilidad y comodidad para los mismos. Ya que en el caso de los auxiliares por ejemplo, no tienen que estar efectuando continuas visitas a las viviendas o habitaciones para comprobar el estado de los usuarios, sino que se efectuarán únicamente, cuando lo solicite de manera directa el usuario, o bien cuando exista alguna anomalía, bien por caída del usuario,

o por que éste haya olvidado cerrar alguna puerta o ventana, por ejemplo.

**Innovación:** La implementación del presente sistema supone además de un gran valor añadido, ir un paso adelante a la hora de ofrecer tanto a los usuarios como a los profesionales soluciones de gran avance tecnológico para aumentar el confort y la seguridad de los mismos.

**Calidad:** El cubrir aspectos mencionados anteriormente, como la seguridad y confort, ya es síntoma de calidad, ya que mediante ellos cubrimos la mayor parte de las necesidades solicitadas por el profesional; pero si a esto unimos la característica de que las funciones a desarrollar son decididas única y exclusivamente por el usuario, y que no dependen de unas reglas predefinidas, hace que el sistema aumente la flexibilidad, versatilidad y; en definitiva, en calidad.

**Coste:** La propuesta ofrece para cada instalación la mejor solución con el coste más razonable; es más, cuanto mayores son las exigencias que ha de cumplir la instalación, más bajos son los costes con relación a una instalación tradicional.





# Nuevas formas de combatir la soledad en las personas mayores

**“Cerca de ti” es una programa del Gobierno de España, que se enmarca dentro de las políticas sociales de atención y protección a las personas mayores. Dentro de este programa, se encuadra el desarrollo del proyecto piloto promovido por el Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO) del Ministerio de Sanidad y Política Social.**

Texto | Rubén Herranz González

## Personas mayores y soledad

La soledad, habitualmente puede llevar aparejada una serie de consecuencias negativas, lo que sumado a otros factores deriva en dolencias, enfermedades y en ocasiones, una propensión a la aparición de situaciones de dependencia. Además algunas de las causas que provocan o agravan las situaciones de soledad, como son la jubilación o la viudedad, suelen darse con más frecuencia en la población de más edad.

El último censo de población, cifra en 1.358.937 las personas mayores de 65 años que viven solas en España, lo que supone el 26% del total de los mayores de 65 años y casi la mitad de las personas que viven solas (el 47% del total). Esta soledad es, además, una realidad muy feminizada en los grupos de más edad, pues el 77% de estas personas son mujeres, la gran mayoría viudas, dado la mayor esperanza de vida alcanzada por las mujeres respecto a los hombres.

Su análisis pormenorizado es muy complejo, los estudios nos demuestran que es posible sentirse solo, aunque se viva acompañado. Sin embargo, es evidente que hay una relación clara entre vivir solo y sentir soledad, pues el 60% de los que

viven en esta situación dicen sentirse solos, mientras que apenas llega al 20% las personas mayores que se sienten solas viviendo con otras personas.



Dentro de los aproximadamente 275.000 usuarios que se benefician del Servicio Público de Teleasistencia financiado por el IMSERSO, se tiene constancia de la existencia, de más de 100.000 personas que cuentan con más de 80 años y viven solos,

lo que supone un 36,79% del total de los usuarios de este servicio de teleasistencia. Es muy probable que la mayoría de ellos padezca una situación de soledad.

## El proyecto piloto “Cerca de ti”

Impulsado por el IMSERSO y que cuenta con la participación de entidades como Cruz Roja Española, Cáritas, Federación Española de Municipios y Provincias, —FEMP—, Fundación Vodafone España y Asociación de Entidades y Empresas de Servicios Sociales de Teleasistencia, —Adesta—, este proyecto piloto trata de aportar elementos para el diseño futuro de nuevas formas de intervención con la población mayor que está y se siente sola. Para ello trata de facilitar que personas beneficiarias del servicio de teleasistencia, que se encuentran en esta situación, sean acompañados por voluntarios, tanto dentro como fuera del hogar, de forma presencial, pero también a través del teléfono.

En un primer momento el proyecto se llevará a cabo en 10 zonas del territorio español, buscando proporcionalidad entre zonas urbanas, rurales e intermedias, así como en el género de los participantes,



implicando a 300 personas mayores y 300 voluntarios.

Se tratará con esta intervención de contrastar empíricamente las fortalezas y debilidades de un modelo de actuación para afrontar la soledad de las personas mayores basado en el acompañamiento voluntario, realizando un seguimiento detallado que permita verificar la adecuación de las actuaciones y ponerlas en contexto, obtener evidencias acerca de su impacto y su efectividad, e identificar los elementos clave para su éxito.

### Objetivos de la investigación

Para ello, se han fijado algunas cuestiones importantes a investigar, como es la repercusión de "cerca de ti" en la mejora de su calidad de vida y en la reducción de sus situaciones y sentimientos de soledad de las personas mayores que se incorporen al proyecto, así como en el posible desarrollo en su capacidad para utilizar los recursos del entorno tras la incorporación al proyecto.

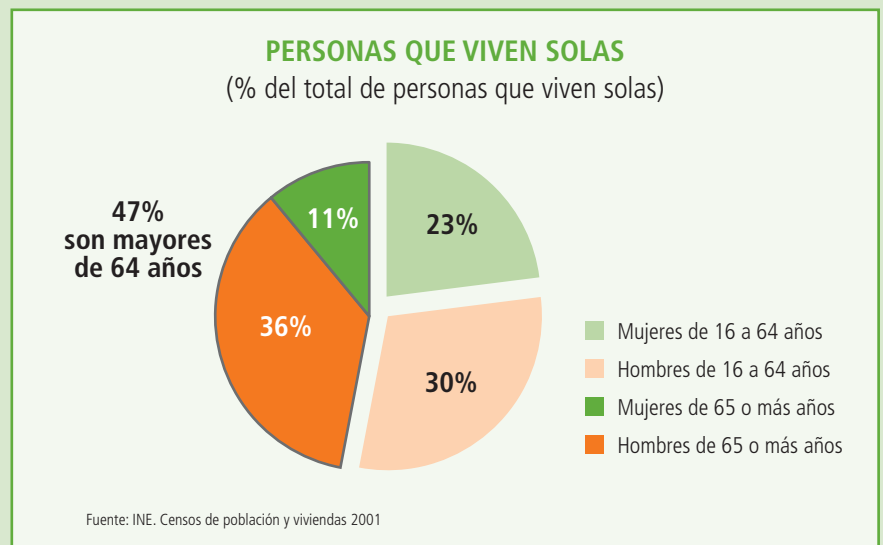
Pero en "cerca de ti" no sólo intervienen personas mayores solas, sino también voluntarios de cualquier edad, por ello también es importante medir y analizar sus expectativas, su satisfacción y sus resultados, motivaciones y expectativas del voluntariado, su relación con las personas mayores participantes, su percepción del programa y su participación en el mismo.

El tercer elemento a investigar es vital en el mundo de hoy: las tecnologías de comunicación. Tanto el servicio público de Teleasistencia, muy desarrollado en España, en gran medida gracias al IMSERSO y que jugará un papel importantísimo de puerta de entrada de los usuarios, como el uso de las comunicaciones móviles, como complemento y facilitador del acompañamiento voluntario, pueden tener una inci-

dencia notable en este proyecto y por ello se tendrá en cuenta el uso que se haga de los mismos, así como la interacción entre voluntarios y usuarios a través de la telefonía móvil.

### Un camino hacia el futuro

Se inicia así, a través de esta experiencia, un camino que permitirá, tras un riguroso seguimiento y análisis de todas las variables implicadas, la elaboración de documentos técnicos y guías de buenas prácticas, para apoyar la extensión y multiplicidad de este tipo de actuaciones.



El proyecto se hace posible gracias a la colaboración, de entidades públicas y privadas, del propio IMSERSO, la Federación Española de Municipios y Provincias, Cruz Roja Española, Caritas, la Fundación Vodafone España y la Asociación de Entidades y Empresas de Servicios Sociales de Teleasistencia.



# Envejecer en el medio rural

**Organizada por el IMSERSO se celebró en el mes de abril, en Madrid, una jornada sobre “Envejecimiento activo y servicios de proximidad en el medio rural”, en la que participaron expertos para debatir sobre los medios de vida en el medio rural de las personas mayores y personas en situación de dependencia, así como la necesidad de desarrollar servicios de proximidad adecuados para atender sus necesidades.**

En la Jornada participó el catedrático de Sociología, de la Universidad Complutense de Madrid, para quien el medio rural tiene un comportamiento dinámico, en constante evolución y, por lo tanto sufre cambios.

En relación con los servicios sociales actuales Benjamín García, aseguró que no cubren las necesidades de las personas mayores y de las personas en situación de dependencia, por ello “se necesitan políticas que ayuden a envejecer mejor en el mundo rural, con medios adecuados para cubrir sus necesidades”

Para el catedrático de Sociología, estos servicios de proximidad “deben estar adaptados a las necesidades detectadas en el entorno rural”, asimismo defendió la necesidad de crear centros polivalentes de servicios sociales, que cubran las necesidades de las personas mayores y personas dependientes en el medio rural, en su entorno social, que es el que mayoritariamente eligen para vivir.

La intervención del responsable de desarrollo rural en la Coordinadora de Organizaciones de Agricultores y Ganaderos, —COAG—, Miguel Blanco, estuvo centrada en el desarrollo rural y los servicios de proximidad, comenzó afirmando que del mundo rural se habla mucho pero se hace poco.

Miguel Blanco remarcó la necesidad de revitalizar en mundo rural por medio de actuaciones que engloben aspectos medioambientales, alimentarios y energéticos.

El representante de la COAG incidió en el déficit en el mundo rural: de servicios educativos, sanitarios y de servicios sociales, que en muchas ocasiones, dijo Blanco, ni son accesibles, ni son próximos, por lo

servicios de proximidad, así como promover nuevas prácticas de intervención comunitaria, y de estas forma, contribuir a aumentar la calidad de vida del mundo rural y su desarrollo.



que no cubren las necesidades de las personas mayores y personas en situación de dependencia en el mundo rural.

## Portal [enclaverural.es](http://enclaverural.es)

La Directora General del IMSERSO, Pilar Rodríguez, presentó en el transcurso de la Jornada el Portal [enclaverural.es](http://enclaverural.es), cuyos objetivos se orientan a generar nuevos

El Portal, que entrará en funcionamiento este año, está diseñado por el IMSERSO y quiere contribuir a “evitar la discriminación de las personas mayores y personas en situación de dependencia que viven en zonas rurales”. Pilar Rodríguez señaló como problemas concretos del mundo rural el éxodo de sus gentes a las grandes ciudades, y la inadaptación o inexistencia de servicios adecuados.

La inclusión social y la promoción de nuevos servicios de proximidad adaptados a las necesidades territoriales y de las personas, la innovación y las buenas prácticas son los conceptos en los que el Portal [enclaverural.es](http://enclaverural.es) debe incidir.

La Jornada se completó con la celebración de una mesa redonda en la que participaron diferentes organizaciones y entidades públicas, que expusieron sus experiencias de prácticas innovadoras de servicios de proximidad en el mundo rural.

La presidenta de la federación de Asociaciones de Mujeres Rurales —FADEMUR—, Teresa López, expuso el empeño de la Federación de convertir la formación informal de las mujeres rurales en empleo cooperativo, con derechos laborales plenos y orientado al suministro de servicios de proximidad.

Teresa López resaltó asimismo, la importancia que tiene el desarrollo de la Ley de Autonomía Personal y Atención a la Dependencia en el mundo rural, debido sobre todo, al elevado número de personas mayores que viven en los municipios rurales.

Ana Esteban, presidenta de Solidaridad Intergeneracional, relató la experiencia de esta Asociación cuya finalidad es asociar a personas de todas las edades para apoyar tanto a personas mayores y personas con discapacidad, como a sus familias, en el mundo rural.

El Servicio Gallego de Apoyo a la Movilidad Funcional desarrolla su labor en un marco geográfico caracterizado por la dispersión poblacional. Se trata de un servicio público que facilita el desplazamiento programado y no urgente de personas con problemas de movilidad, de esta forma el Servicio Gallego de Apoyo a la Movilidad Funcional contribuye a normalizar y favorecer la autonomía personal y la incorporación social a su entorno de las personas mayores y personas con discapacidad.

El Centro Intermunicipal de Servicios Sociales de la Mancomunidad de Cangas de Onís, Amieva, Onís y Ponga, en el Principado de Asturias, desarrolla el programa "Rompiendo Distancias", cuya finalidad es evitar la discriminación de personas mayores y en situación de dependencia por medio de servicios que les permitan permanecer en su entorno social.

Para Patricia Esther Vega, técnica del programa, el programa "Rompiendo Distancias" tiene como ejes principales de actuación la atención a las situaciones de dependencia en su entorno social; la participación e integración de las personas mayores en su ámbito habitual de vida, en definitiva, evitar situaciones de aislamiento y soledad en unos municipios con una orografía difícil.

Para cumplir estos objetivos el programa "Rompiendo Distancias" cuenta como un amplio abanico de servicios, entre los que cabe destacar el servicio de "comida a domicilio"; el de transporte adaptado; biblioteca móvil y el proyecto "cuidar al cuidador".

“*La inclusión social y la promoción de nuevos servicios de proximidad adaptados a las necesidades territoriales y de las personas, la innovación y las buenas prácticas son los conceptos en los que el Portal [enclaverural.es](http://enclaverural.es) debe incidir*”



*“El que siente todavía el dolor, no está solo”*

L. TIECK

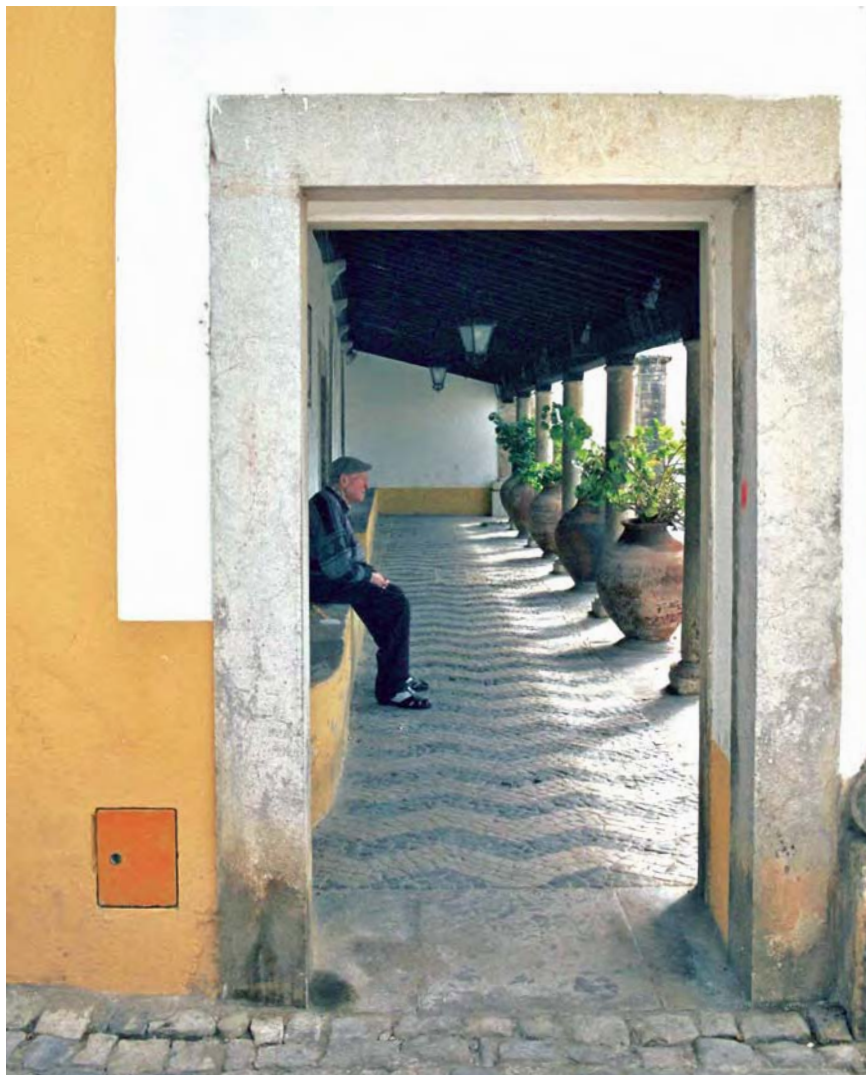
34

# La Soledad y su Impacto en la Dependencia

La soledad en las personas mayores puede ser un desencadenante de situaciones de dependencia, por ello es necesario aprender estrategias que permitan disfrutar de la soledad positiva, pero también hay que elaborar estrategias para afrontar la soledad negativa, motivada por diversos factores que es preciso conocer para encontrar el camino adecuado para salir de ella

Texto | Dra. Ramona Rubio Herrera [Catedrática de Psicogerontología I. Universidad de Granada]

Fotos | Ramona Rubio y JV-P



Vamos a cuestionarnos en este breve artículo tres interrogantes, en torno a la soledad:

- ¿Por qué se llega a la soledad?
- ¿Por qué la soledad tiene una clara influencia en la Dependencia?
- ¿Por qué a veces le cuesta tanto al hombre encontrar la salida de la soledad?

## Motivos que originan soledad

Tal vez se llega a la soledad, porque la soledad es inherente al hombre, no podemos escapar de ella, pero si podemos convertirla en algo positivo o negativo.

La soledad es un tema que ha preocupado a médicos, a psicólogos, a psiquiatras, sociólogos (Woodard, Gingles y Woodward, 1974)<sup>1</sup> y en el campo concreto de mayores se ha considerado a veces como uno de los problemas más importantes, de hecho se ha catalogado a la soledad como la enfermedad más devastadora que afecta a la vejez (Toumier, 1961)<sup>2</sup>.

Los estudios sobre la soledad en mayores han oscilado desde planteamientos que analizan la soledad objetiva (solation) y sus consecuencias psíquicas (Seligman, 1975)<sup>3</sup> a planteamientos que consideran a ésta como un mecanismo de defensa

(Myerson, 1980)<sup>4</sup>, pasando por definiciones que entienden la soledad como consecuencia de la vida interna en instituciones, Silverstone y Miller (1980),<sup>5</sup> mientras que otros autores insisten más en la soledad vivida, sentida (loneliness).

Isidro, Vega y Garrido (1999), definen a soledad como un sentimiento desagradable, vinculado a un desequilibrio en la percepción de las relaciones establecidas con los demás que está determinado por la falta de confianza del individuo en su capacidad para afrontar las situaciones que potencialmente pueden llegar a generarle soledad. Rubio y Aleixandre (1999), abordan la soledad desde una perspectiva multidimensional centrándose en los déficits existentes en el soporte social del sujeto (familiar, conyugal y social).

### Soledad positiva, soledad negativa

Decíamos que la soledad es inherente al ser humano, pero que puede tener una versión positiva o negativa. La soledad que preocupa al hombre, a los profesionales, a la sociedad, es la soledad negativa, la que genera una serie de sentimientos vinculados con la tristeza, con el aislamiento, con la idea de entender que a nadie le importamos, ni siquiera a veces a nosotros mismos.

Esa soledad puede estar vinculada a múltiples factores: ausencia de relaciones íntimas, carencia de amistades, o ser vivida como desfase con la sociedad actual, con las costumbres, con los estilos de vida de nuestra sociedad de consumo. Precisamente en esa línea se ha firmado un contrato entre la Universidad de Granada y el Imserso (2009) para estudiar la soledad social en los mayores.

Para algunos autores **la soledad aumenta con la edad**. Nosotros entende-



mos que, como mucho, la edad sería una variable interviniente pero no prioritaria. ¿Quiénes se sienten más solos? Muchos estudios como los de Amando de Miguel (1991) hablan de más soledad en la vejez. Evidentemente hay factores potencializadores como son los cambios sociales, la pérdida de seres queridos, ruptura de lazos familiares, la jubilación, pérdidas económicas o de prestigio laboral, etc., pero la soledad está más vinculada a variables personales que a la edad cronológica.

### La soledad puede ser un potencial de la dependencia

La soledad puede potenciar la dependencia, entendiendo que la tristeza, los sentimientos negativos, la baja autoestima, son factores con una clara implicación con la salud, en la medida que afecta al sistema inmunológico, lo cual aumenta el riesgo de padecer ciertas enfermedades. Se asocia, además, al dolor de cabeza, a algunos problemas de corazón y digestivos, a dificultades para dormir, etc.

A nivel psicológico, la soledad influye en la baja autoestima, y puede ser la antesala

“  
La soledad que preocupa al hombre, a los profesionales, a la sociedad, es la soledad negativa, la que genera una serie de sentimientos vinculados con la tristeza, con el aislamiento, con la idea de entender que a nadie le importamos, ni siquiera a veces a nosotros mismos”

de otros problemas como la depresión, alcoholismo, también de ideas suicidas, etc.

Soledad y salud, por tanto, son itinerarios bidireccionales que pueden aumentar la vulnerabilidad a la enfermedad. Es posible que la soledad haga que ciertas personas sientan más achaques y perciban de forma más angustiosa sus problemas de salud que las personas que detentan otros rasgos y características.

Aunque el último eslabón de la soledad somos nosotros mismos, es decir, nuestra autopercepción, también debemos reconocer que hay factores exteriores que habrá que tener muy en cuenta para que no la potencien o para generar estrategias de afrontamiento adecuadas tales como:

- Muerte de seres queridos.
- Cambios de domicilio.
- Corte de lazos familiares o de amistades.
- Cambios de costumbres de las grandes ciudades.

En síntesis, la soledad puede ser un potencializador de la dependencia porque:

- Baja sistema inmune, falta de energía, tristeza, aislamiento.
- Se ha demostrado que las personas con elevados índices de soledad tienen tasas de mortalidad más altas que los que viven y se sienten bien en compañía.
- A su vez, el bajo estado de ánimo hace al sujeto más vulnerable y eleva el riesgo de sufrir enfermedades.
- La falta de apoyo social percibido incide en las motivaciones y estas en la salud general.
- La baja de defensas llama a las enfermedades, tanto las de origen externo, como puede ser la gripe, como interno, como son las enfermedades autoinmunes.

De ahí que **debamos evitar** que:

- Que la soledad anide en nosotros porque irá asociada a sentimientos de descontento, frustración, ansiedad pudiendo llegar a la depresión.
- La soledad es una **cárcel psicológica cuyos corredores se comunican con la cárcel de la dependencia**.
- El solitario crónico se deja llevar por pensamientos negativos de sí mismo y de los demás, y pueden ser profecías auto-cumplidas.
- Por otra parte las pocas habilidades sociales pueden potenciar el aislamiento, la inseguridad, la ansiedad.
- La soledad suele generar rechazo de los otros, y este sentimiento incide en que los otros se alejen formando así el círculo de aislamiento.

### La dificultad para encontrar la salida a la soledad

Porque el verdadero camino para combatirla debe surgir dentro de nosotros, y a ese camino podemos llamarle madurez. Los demás pueden ayudarnos, pero el úl-

timo paso lo debemos dar nosotros a través de la madurez.

La madurez es aceptar la vida, y **sobre todo aceptarnos a nosotros mismos**, saber disfrutar de la compañía de los demás, pero antes que todo, **saber disfrutar de nuestra propia compañía**.

La relación con otras personas puede ser positiva para combatir la soledad, pero primero debemos aprender a ser independientes, no pasar de la simbiosis madre-hijo, a la simbiosis con otras personas a lo largo del ciclo vital. Debemos aprender a vivir, a ser libres, y sólo cuando estamos solos podemos ponernos en contacto con nosotros mismos, entendiendo esta vivencia como oportunidad para vernos, para evaluarnos para saber lo que realmente queremos. Como medio de reflexión para enriquecer nuestro mundo interior, y no para recrearnos en pensamientos negativos, sobre lo que fue y pudo ser.

En la teoría de Erikson cuando nos habla de la personalidad "generadora e integrada" está haciendo referencia a la cristalización



de uno de los atributos más positivos que puede alcanzar el ser humano en la última etapa: la sabiduría, entendiendo por tal **la aceptación de la vida**, y algo básico que se da muy poco: la preocupación por los intereses comunes y no personalistas.

Y en esta misma línea Ryff (1989) al referirse a la sabiduría, hablaba de la persona que busca las siguientes metas: aceptación de sí mismo, relación positiva con los otros, autonomía, dominio del ambiente y un sentido o meta en su vida, precisamente en esta línea Orwoll y Perlmutter (1994), insisten en que la sabiduría depende de una estructura de la personalidad bien integrada, que permita trascender los planteamientos personalistas y llegar a esos intereses universales y colectivos, lo que podríamos denominar autotranscendencia, entendida como la capacidad de trascender el ser, de ir más allá de los problemas individuales y orientarse más hacia lo colectivo y universal.

Kramer (2000) da un paso más en ese modelo de sabiduría generado por el desarrollo cognitivo y afectivo que llevan al sujeto a dos características básicas de pensamiento maduro: el pensamiento dialéctico y relativista: que permite contemplar las prioridades individuales y a la vez las del entorno que nos rodea, que permite planificar la vida, resolver dilemas y tomar decisiones, y a la vez, tener en cuenta a los otros, y llegar incluso hasta cuestionarse el significado de la vida.

La madurez implica aprender a ser responsables de lo que somos, de lo que nos ocurre, y no emplear el tan utilizado mecanismo de proyección externa el cual nos permite explicar cualquier cosa o juzgar que los responsables especialmente de nuestros fracasos, de nuestros momentos difíciles, de nuestros estados anímicos, son los otros, son factores externos.

Por tanto la posesión por parte del sujeto del bienestar psicológico a nivel general y la capacidad de cambio a nivel particular son buenos predictores de que el sujeto no tiene soledad existencial, soledad social y soledad familiar. Estos datos corroboran la hipótesis de que los sujetos que se perciben con capacidad de cambio para modificar su estilo de vida poseen menos soledad que los sujetos que no se perciben con esa capacidad de cambio.

Las emociones positivas, pueden darse incluso en las más adversas circunstancias. La denominada reevaluación positiva, entendida como un proceso cognitivo en el que las personas se centran en lo bueno de lo que está pasando o en lo que ha pasado, influye de forma positiva no sólo en el rendimiento personal, sino en el bienestar psicológico.

Toda esta es la línea que está fomentando actualmente la denominada psicología positiva, las investigaciones sobre afrontamiento y emociones positivas están demostrando la importancia de esta línea como medio para optimizar la calidad de vida.

Lunt (1991), encontró que las personas atribuyen a los factores cognitivos un papel central en la causalidad de la soledad, siendo el pesimismo la causa central de la red y la "falta de conocimiento", referido a las habilidades sociales, un factor mediador entre el comportamiento de los demás y los factores emocionales de la soledad.

Asimismo los resultados de su estudio sugieren que las personas consideran que una personalidad desagradable afecta al comportamiento de los demás mientras que no ser físicamente atractivo afecta principalmente a los propios factores psicológicos.

También se ha visto que los sujetos con atribuciones internas respecto a la soledad tienen niveles más altos de estrategias de afrontamiento que los que hacen atribu-

“  
*La madurez implica aprender a ser responsables de lo que somos*”

“  
*La soledad es una cárcel psicológica cuyos corredores se comunican con la cárcel de la dependencia*”

ciones externas. Los sujetos que hacen atribuciones predominantemente internas quizá asuman mayor responsabilidad de su soledad y consecuentemente mayor control sobre su reducción o eliminación (Revenson, 1981). Por tanto, el cambio atribucional quizá sea de gran valor en el tratamiento de la soledad.



Cuando hablábamos por tanto de madurez, estamos haciendo referencia en última instancia, entre otros aspectos, a la capacidad de cambio, cambio en el enfrentamiento a nuevas situaciones, a ese pensamiento relativista, a una mayor flexibilidad interpersonal, etc.; a personas que entendieron que cuando amarramos nuestra barca al muelle de la amargura, la felicidad amarrará en otro muelle.

Hay una isla en este planeta a la que llaman Rapa Nui, el ombligo del mundo. Dicen que es el lugar más solitario por su lejanía de todo Continente, sin embargo habitan allí algunos moais que quedaron sin vida en las playas de coral de Anakena, que tal vez nos inviten a sentir el silencio de una hermosa **soledad**.



- <sup>1</sup> Woodward H. Gingles R. Y Woodward J. (1974): Loneliness and the elderly as related to housing. *The Gerontologist*, 14, pag. 349-351.
- <sup>2</sup> Toumier P. (1961): *Escape from loneliness*. Philadelphia. Westminster Press.
- <sup>3</sup> Seligman M.E.P. (1975): *Helplessness: On depression development and death*. San Francisco. Freeman (versión castellana) 1983, Indefensión. Madrid. Ed. Debate.
- <sup>4</sup> Myerson P.G. (1980): Discussion: intrapsychic Isolation in the elderly. *Journal of Geriatric Psychiatry*, 13, pag. 19-25.
- <sup>5</sup> Silvestrone B. Y M. y Miller S. (1980): The isolation of the community elderly from the informal social structure. Myth or reality? *Journal of Geriatric Psychiatry*. 13 (1), 27-47.

HANLEY-DUNN, P.; MAXWELL SCOUT, E. y SANTOS JOHN, F.: Interpretation of interpersonal interacciones: "The influence of loneliness. *Personality and social*". *Psychology Bulletin*, vol. 11, nº 4, 1985, pp. 445-456.

ISIDRO, A.I.; VEGA, M.T. y GARRIDO, E.: "Determinantes psicosociales de la experiencia de soledad". *Revista de Psicología Social*, vol 14, nº 1, 1999, pp. 55-65.

JONES H.; HOBBS, A.; HOCKENBURY, D.: "Loneliness and Social Skill Deficits". *Journal of personality and Social Psychology*, vol. 42, nº 4, 1982, pp. 682-689.

KRAMER D.A. (2000): "Wisdom as a classical source of human strength: conceptualization and empirical inquiry". *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19, p. 83.

LÓPEZ DOBLAS, J. (2005): *Personas mayores viviendo solas*. MTAS. IMSERSO.

LUNT PETER K.: "The perceived Causal Structure of Loneliness." *Journal of Personality and social Psychology*. vol. 61, nº 1, 1991, pp. 26-34.

ORWOLL L., PERLMUTTER M. (1994): "Estudio de las personas sabias: la integración de una perspectiva de personalidad". En. J. Stemberg Ed. *La sabiduría: su naturaleza, orígenes y desarrollo*. Bilbao. DBB.

REVENSON, TRACEY, A.: "Coping with loneliness: The impact of causal attributions". *Personality and Social Psychology Bulletin*, vol. 7, nº 4, 1981, pp. 565-571.

RYFF, C.D. (1989): "Happiness in everything: or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being". *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, p. 1069.

RUBIO HERRERA, R. y ALEIXANDRE RICO, M. (1997): "Prevención del aislamiento social en personas ma-

yores". *Revista Española de Geriátria y Gerontología*, 32, NM2, pp. 51-57.

RUBIO HERRERA, R. y otros (1999): "La escala 'este', un indicador objetivo de soledad en la tercera edad". *Geriatría. Revista Iberoamericana de Geriátria y Gerontología*. 9/1999, octubre, vol. 15, año XV, pp. 26-35.

RUBIO HERRERA, R. y ALEIXANDRE RICO, M. (2001): "Un estudio sobre la soledad en las personas mayores: entre estar solo y sentirse solo". *Revista Multidisciplinaria de Gerontología*. Nexus Ed., vol. 11, nº 1, enero-marzo 2001.

SÁNCHEZ VERA, P. y BOTE DÍAZ, M. (2007): *Los mayores y el amor*. Au llibres: Valencia.

WEISS, R.S.: "Loneliness: The experience of emotional and social isolation". Cambridge: MIT Press, 1973.



# La Soledad, las Personas Mayores y el Siglo XXI

*El asociacionismo de las personas mayores, una respuesta a la soledad*

Texto | Dolores San Martín San José

[Presidenta de FAMPA: Federación de Asociaciones de Mayores del Principado de Asturias].

**Las personas mayores se enfrentan a una nueva situación derivada de los cambios sociales y estructurales surgidos en los últimos años del siglo XX, que provocan sentimientos de soledad no deseada. Una forma de combatir este sentimiento es fomentar un movimiento asociativo en el que las personas mayores sean los auténticos protagonistas.**

El siglo XX ha sido el colofón de múltiples avances en todos los niveles: salud, tecnología, comunicaciones, empleo y jubilación, seguridad, reimpulso del medio urbano, relaciones sociales, modelo del núcleo familiar...

Y, es quizás este cambio en el tradicional modelo familiar, el que nos ha hecho experimentar también diversas emociones nuevas.

Por una parte, los núcleos familiares que han ido surgiendo, nos han despertado sentimientos aletargados como la independencia familiar, la autonomía personal y libertad de decidir.

También hemos desarrollado la capacidad de "compartir" con personas con las que no nos une una relación sentimental ni familiar y hemos aprendido a gestionar nuestra propia vida sin necesitar la aprobación o el consentimiento de los demás.

Pero en este camino de evolución individual y social, hemos perdido la capacidad de disfrutar de la convivencia en la unidad

familiar, de fomentar las relaciones sociales, de mantener vínculos estables que nos eran gratificantes. Sobre todo en el medio urbano, que ha experimentado un nuevo repunte similar al que vivió con la revolución industrial en el siglo anterior.

El caso es que, con ello, se nos están escapando recursos insustituibles como la colaboración vecinal, los grupos de autoayuda y otras muchas formas de participa-

ción que, hace sólo unos años, constituían básicamente el único apoyo social existente.

Estamos perdiendo la autoayuda en favor de la autoestima. Hemos alcanzado la autonomía plena (basada únicamente en los recursos económicos) pero hemos perdido relaciones personales. Hemos ganado años a la vida, pero aún no sabemos cómo darles vida.



“ Intentamos evitar que cualquier persona se encierre en su pequeño y solitario mundo y salga a compartir sus aficiones, sus gustos, sus ilusiones y su vida ”



Sacamos una conclusión previa ante esta situación, y es que nos encontramos socialmente a la deriva, sin saber cómo afrontar la nueva situación. Somos conscientes de que nos falta un modelo, un ejemplo a seguir. Nunca antes, habían confluído estos condicionantes: por un lado, se ha alargado la vida y por otro, el modelo familiar ha cambiado y protege de forma muy diferente, a las personas mayores. Además, tampoco hemos creado todavía, un sistema de recursos y servicios para paliar esta situación.

Las personas mayores, conocieron una sociedad de colaboración mutua, en la que los trabajos individuales del campo, la recolección, la ganadería, e incluso la matanza, se compartían. Y si la temporada había sido buena, era buena para todos; y si había sido mala, se ayudaban mutuamente, para que a nadie le faltara nada.

Por ello, ver ahora los pueblos y aldeas quedarse sin vecinos; tener a los hijos lejos, ocupados en sacar adelante su propia vida; sentirse mayor y encontrarse de repente, sin responsabilidades, sin autoridad, vacíos y solos... les afecta gravemente.

Y este sentimiento de soledad no deseada es relativamente nuevo, pues hasta los últimos años del s. XX, se puede decir que no existía. Porque las personas enveje-

cían en casa, en familia, conviviendo varias generaciones y haciendo aportaciones al núcleo familiar, que se enriquecía con su sabiduría, conocimiento y autoridad reconocida.

Sin embargo, en los últimos años, algunos medios de comunicación han proyectado en el subconsciente social imágenes de



personas mayores revestidas de improductividad, aburrimiento, enfermedad, tristeza... Y la realidad no es así.

Los que trabajamos de cerca con ellos, sabemos que las personas mayores de hoy en día, **no son** en absoluto, una carga social o un gasto farmacéutico... Los mayores actuales no se han descolgado de la evolución social acaecida. La mayoría son

activos, joviales, modernos, participativos, guapos, formados, que cuidan su salud y su imagen, que mantienen relaciones sociales, que tienen responsabilidades familiares, que son solidarios y que lo demuestran haciendo servicios de voluntariado. Entendido como un rescate de la ayuda mutua puesto que es una forma recíproca de hacerse compañía.

En la vida cotidiana, desempeñan un papel fundamental: ellos han sido y son actualmente, un **pilar fundamental del Estado de Bienestar**. Son la garantía real de la conciliación laboral y familiar. Son el apoyo real más eficaz con que cuenta nuestra sociedad para el cuidado de los menores, mayores y dependientes.

Por ello y porque se merecen un reconocimiento social, ahora más que nunca, debemos trabajar el doble para demostrarlo: primero a ellos mismos y luego a los demás para que, públicamente, se conozca su valía social.

Desde el movimiento asociativo hemos detectado que hay dos variables prioritarias a corregir: por un lado, la baja estima que las personas mayores tienen de sí mismas, a pesar de que este sistema socio-laboral sobrevive gracias a su inestimable colaboración. Y por otro, el inmenso sentimiento de soledad que sienten las personas que, des-

pués de haber tenido una vida plena, se encuentran solas sin desearlo.

Por ello, potenciamos la idea de que el objetivo marcado era: "cumplir años y, sobre todo, seguir viviéndolos" y destacar que, efectivamente ¡lo hemos conseguido!, por lo que debemos felicitarnos y ofrecer una serie de actividades para llenar de contenido todos esos años ganados y merecidos.

Intentamos evitar que cualquier persona se encierre en su pequeño y solitario mundo y procurar que salga a compartir sus aficiones, sus gustos, sus ilusiones y su vida. Porque partimos de la idea de que todos somos piezas de un rompecabezas y cada una tiene un área que cubrir, porque todos somos válidos, sólo hay que encontrarnos el hueco acertado.

El objetivo es, llegar efectivamente al **medio rural**, donde las personas envejecen más aisladas y con menos recursos; y al **medio urbano**, donde el sentimiento de soledad es aún más cruel aunque haya más recursos y servicios. Y por supuesto, buscar **nuevos modelos de convivencia** y **recursos diferentes** adaptados a las nuevas circunstancias.

Porque si la sociedad ha cambiado, y la situación individual de las personas también, hemos de crear diferentes modelos sociales y asignar nuevos roles. También

“  
La idea es que no se tutele a las personas mayores, que sean ellas quienes decidan de qué forma quieren vivir”



“ Hay que buscar alternativas de unidades de convivencia, que permitan llevar una vida normalizada a la vez que compartida ”



hay que buscar alternativas de unidades de convivencia, que permitan llevar una vida normalizada a la vez de compartida. Modelos que eviten la soledad, así como la institucionalización, tan poco deseada por los mayores de hoy en día. Hay que pensar en viviendas atractivas, integradas en la población y cercanas al entorno habitual de quien las va a ocupar.

Y por supuesto, contar con los Consejos de Mayores, el Movimiento Asociativo y todos los colectivos que representen a las personas mayores para que puedan dar su opinión, se escuchen sus propuestas y reflexiones, a la hora de programar activi-

dades, recursos y servicios. La idea es que no se tutele a las personas mayores, que sean ellas quienes decidan de qué forma quieren vivir, ofreciéndoles varias alternativas para que puedan elegir según sus preferencias individuales. Debemos pensar que, además de hacerlo por los que son mayores hoy, lo estaremos haciendo también por nosotros. Porque... el futuro no es sólo de los niños y de los jóvenes, sino que todos evolucionaremos y algún día, ocuparemos aquellos recursos que hoy diseñamos.



# Tres uves dobles recomendadas

Texto | Rubén Herranz González y Patricia Muñoz Canal



## Podcast Portal Mayores: la gerontología también se escucha

<http://www.imsersomayores.csic.es/documentacion/multimedia/podcast/index.html>

Portal Mayores, la web gerontológica iniciativa del IMSERSO y el CSIC evoluciona día a día, igual que las tecnologías. En esta ocasión, y con la colaboración del Laboratorio de Fonética del CSIC, el equipo de Portal Mayores elabora el guión radiofónico del boletín sonoro a partir del boletín digital mensual.

Esta web se introduce así en el mundo del "podcasting", concepto cada vez más popular en Internet, consiste en crear archivos de sonido (en este caso en el popular formato mp3) para distribuirlos mediante un sistema que permita suscribirse, dando la posibilidad de escuchar informaciones divulgativas y científicas sobre personas mayores, en la misma web, o descargarlas a cualquier reproductor mp3 para escucharlas en cualquier lugar. En unos minutos, fluye por los altavoces información sobre investigación gerontológica, convocatorias de interés, nuevos documentos, noticias, agenda científica, etc. y es que las nuevas tecnologías de la información, también son para hablar de personas mayores.

Como siempre, portal Mayores ha pensado en como facilitar el acceso a toda la población y por ello junto a los 6 boletines sonoros del podcast, se incluye una versión texto, que posibilitará el acceso a aquellas personas que puedan tener problemas auditivos.



## Accesibilidad y capacidad cognitiva

<http://accesibilidadcognitivaurbana.fundaciononce.es/default.aspx>

En este portal se trata, por fin, el concepto de accesibilidad cognitiva, para personas con discapacidad intelectual. Las barreras a la comprensión son más difíciles de visualizar, las más invisibles y, sin embargo, limitan la autonomía a muchas personas, también a personas mayores con deterioro intelectual o personas con daño cerebral sobrevenido.

Tradicionalmente se ha venido investigando más en la accesibilidad en personas con movilidad reducida por problemas motores o en personas con discapacidad sensorial, sin embargo es más difícil encontrar iniciativas que apuesten por la accesibilidad cognitiva.

Se trata de un proyecto promovido por la Fundación Once que, con el objetivo último de la accesibilidad universal, considera la capacidad cognitiva para facilitar la movilidad urbana.

## Otras webs de interés

Guía de Ayudas a la Discapacidad <http://www.guiadis.es/>

Fundación Pasqual Maragall para la investigación sobre el Alzheimer <http://www.alzheimerinternacional.org/>

HelpAge International <http://www.helpage.org>

# Publicaciones destacadas

44



## Guía para Cuidadores de Personas Mayores en el hogar Cómo mantener su bienestar

Javier López Martínez / María Crespo López  
IMSERSO Madrid 2009

Esta Guía es el fruto principal de una investigación sobre el apoyo a los cuidadores de familiares mayores dependientes en el hogar, justamente merecedora de un Premio Infanta Cristina del IMSERSO. Se trata de una de esas obras enormemente prácticas, que tanta falta hacen, que se plantea como objetivo el ayudar a los cuidadores en su abnegada tarea y que ya ha sido testada, antes de su publicación, con resultados muy positivos.

El planteamiento de la publicación, que articula sus ejercicios en torno a "8 semanas", pero que permite tanta flexibilidad como sea necesario para adaptarse al usuario, incluso para que no sea imprescindible la intervención de terceros expertos para poder seguir el programa, y que hace descubrir, incluso podríamos decir "vivir" instrumentos útiles y herramientas con los que combatir el estrés y así afrontar mejor los retos diarios a los que se enfrenta un cuidador, tanto por las circunstancias directas que conlleva el cuidado como en su vida diaria.

Por otro lado, los especialistas que dan apoyo a cuidadores encontrarán en la obra un material preciso que poder utilizar, que gracias a las nuevas tecnologías y a la política de publicaciones del IMSERSO, puede descargarse gratuitamente a cualquier PC y trabajar directamente con estos materiales. Se encuentra disponible en la dirección: <http://www.seg-social.es/imsero/documentacion/32002cuidadores.pdf>



## Guías multimedia accesibles. El museo para todos

Esta guía, elaborada por el Centro Español de Subtitulado y Audiodescripción (CESyA), entidad dependiente del Real Patronato sobre Discapacidad y gestionado por la Universidad Carlos III de Madrid, plantea desde el concepto de accesibilidad universal, mejorar la accesibilidad audiovisual a través del subtítulo y la audiodescripción, por tanto destinado a personas con limitaciones sensoriales.

Se ha realizado en colaboración con la Subdirección General de Museos Estatales, dependiente del Ministerio de Cultura, y con empresas y asociaciones de discapacidad.

Los dispositivos se explican detalladamente incluyendo fotografía y gráficos explicativos.

Los autores apuestan por la utilización del método científico para la mejora de la accesibilidad y, por tanto, ofrecer las mismas posibilidades de acceso a los bienes culturales comunes a todos los ciudadanos.

Se puede descargar la versión a texto completo en versión pdf. En la siguiente dirección web: [http://sid.usal.es/mostrarficha.asp\\_Q\\_ID\\_E\\_20937\\_A\\_fichero\\_E\\_8.1](http://sid.usal.es/mostrarficha.asp_Q_ID_E_20937_A_fichero_E_8.1)



## Las personas con discapacidad en la vida cotidiana

Concurso de fotografía digital del INICO.  
Premio Fundación Grupo Norte

El Instituto de Integración en la Comunidad (INICO) de la Universidad de Salamanca, cuya finalidad es la mejora de la calidad de vida de aquellos sectores de población en situación de desventaja, convoca anualmente desde 2003 (Año Europeo de las personas con discapacidad) un concurso de fotografía digital.

Este libro conmemorativo recoge las mejores fotografías presentadas en las cinco primeras convocatorias, desde 2003 hasta 2007, siendo publicado gracias a la colaboración de la Fundación Grupo Norte.

El libro puede ser descargado en formato pdf en el siguiente enlace, del Servicio de Información sobre Discapacidad (SID): <http://sid.usal.es/mostrarficha.asp?id=20856&fichero=8.1>

Las imágenes reflejan de una forma especialmente sensible la vida cotidiana de personas con discapacidad de todas las edades y nos hacen sentirnos mucho más cercanos a su realidad. La diversión, el esfuerzo, la participación, el amor, los momentos difíciles, nos recuerdan mucho más las capacidades y la grandeza del ser humano que aquello que lo limita.

Los trabajos pueden ser presentados por personas de cualquier nacionalidad. En la presente edición el plazo de presentación finaliza el 25 octubre de 2009. La bases para concursar pueden consultarse en <http://inico.usal.es/concursofotografia/>

Mario Benedetti (Paso de los Toros, Uruguay, 1920-Montevideo, Uruguay, 2009)

# In memóriam

Foto | Javier Vázquez-Prada

Morreu Benedetti, esse poeta que soube fazer-nos viver os nossos momentos mais íntimos e as nossas raivas menos ocultas. Se com os seus poemas saímos à rua —lado a lado somos muito mais que dois—, se lendo “Geografías”, por exemplo, aprendemos a amar um país pequeno e um continente grande, agora, recuperaram-se momentos de amor que deram sentido a tempos passados, e quem sabe se presentes. Isso também o devemos a Benedetti, ao poeta que ao morrer fez de nós herdeiros da bagagem de uma vida fora do comum.

JOSÉ SARAMAGO  
Premio Nobel de Literatura 1998



*defender la alegría como un principio  
defenderla del pasmo y las pesadillas  
de los neutrales y de los neutrones  
de las dulces infamias  
y los graves diagnósticos*

*Todos sabemos que nada ni nadie habrá de ahorrarnos el final  
sin embargo hay que vivir como si fuéramos inmortales.*

*pero hagamos un trato  
yo quisiera contar  
con usted  
es tan lindo  
saber que usted existe  
uno se siente vivo  
y cuando digo esto  
quiero decir contar  
aunque sea hasta dos  
aunque sea hasta cinco  
no ya para que acuda  
presurosa en mi auxilio  
sino para saber  
a ciencia cierta  
que usted sabe que puede  
contar conmigo*

*Pongo estos seis versos en mi botella al mar  
con el secreto designio de que algún día  
llegue a una playa casi desierta  
y un niño la encuentre y la destape  
y en lugar de versos extraiga piedritas  
y socorros y alertas y caracoles.*

*Una mujer desnuda y en lo oscuro  
es una vocación para las manos  
para los labios es casi un destino  
y para el corazón un despilfarro  
una mujer desnuda es un enigma  
y siempre es una fiesta descifrarlo.*

*Lego los crujidos de mis viejas bisagras  
también una tajada de mi sombra  
no toda porque un hombre sin sombra  
no merece el respeto de la gente*

*Que la muerte pierda su asquerosa puntualidad  
que cuando el corazón se salga del pecho  
pueda encontrar el camino de regreso  
que la muerte pierda su asquerosa  
y brutal puntualidad  
pero si llega puntual no nos agarre  
muertos de vergüenza  
que el aire sea respirable y para todos  
y que vos muchachita sigas alegre y dolorida  
poniendo en tus ojos el alma  
y tu mano en mi mano*

# Género, envejecimiento y autonomía personal

Santander, 17, 18 y 19 de agosto 2009

Secretaría de Alumnos de la UIMP  
Palacio de la Magdalena,  
39005 Santander  
Tel: 942 29 88 00 / 942 29 88 10  
Fax: 942 29 88 20

# Acciones formativas Inmerso

**UIMP**

Universidad Internacional  
Menéndez Pelayo



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE SANIDAD  
Y POLÍTICA SOCIAL



IMERSO

