

**ROSA GÓMEZ VOCAL DE LA SOCIEDADE
GALEGA DE XERONTOLOXÍA E XERIATRÍA**

«Los centros de salud y los servicios sociales tienen que coordinarse contra la soledad»

Apuesta por que las residencias sean espacios abiertos «y no un lugar en el que aparcar a los mayores»

S. PÉREZ
REDACCIÓN / LA VOZ

Lleva cerca de treinta años trabajando en diferentes servicios relacionados con la soledad, en residencias y en ayuda a domicilio; primero en la gestión y ahora en la atención. Rosa Gómez (Chandrexa de Queixa, 1976) coordina el servicio de teleasistencia de la Diputación de Ourense. Conoce muy bien los hogares de Galicia: «Hay mucha gente que tiene la necesidad de hablar. El hecho de que se sientan escuchados, aunque no les vayas a solucionar nada, hace que ese problema sea menor y les cambie la cara».

—¿Hemos cruzado alguna línea roja con la soledad para que el Gobierno actúe ahora?

—Desde hace un tiempo, las Administraciones están llevando a cabo políticas enfocadas a paliar la soledad no deseada. También desde universidades, sociedades científicas, entidades sociales. Pienso que el Gobierno se hizo eco de una preocupación global que afecta al bienestar de toda la población dentro de un marco de exigencia de las políticas internacionales marcadas por la agenda 2030. El hecho de que se haya elaborado este documento marco desde la política nacional me parece necesario y muy importante. Ahora, lo siguiente es que verdaderamente se dedique presupuesto a ello y se propongan programas y soluciones reales en el territorio que lleguen a las personas que la sufren. Me da miedo que se quede

solo en una bomba mediática y no se lleve a cabo.

—Entonces el problema está claro, pero la solución no tanto.

—La solución no me parece sencilla por el modelo de sociedad actual, cada vez más diversificada, individualista y mediatizada por la digitalización. Los estilos de vida y los modelos de familia se han transformado. Factores como la baja capacidad económica, un nivel formativo bajo, la discapacidad, las barreras arquitectónicas o la despoblación del medio rural empeoran la situación.

—Es difícil actuar ante un sentimiento con políticas públicas.

—No creo que sea fácil, pero sí que se puede conseguir. La percepción de soledad viene dada por el sentimiento de falta de apoyo o de no satisfacción de una necesidad. Hay que fomentar políticas públicas que generen redes de participación, lugares de encuentro, mejoras en la accesibilidad, creación de espacios de reunión, actividades formativas, talleres, servicios de atención domiciliaria y comunitaria de calidad. Incrementar los servicios de atención domiciliaria. Percibo que muchas veces los usuarios que visito no reciben el apoyo suficiente por parte de los servicios sociales. Haría falta hacer una revisión del servicio de ayuda a domicilio para conseguir que llegue a todos los casos que lo demandan. Lo mismo con el de teleasistencia, que llegue a más personas. Son servicios básicos que les prestan apo-



La educadora social Rosa Gómez, esta semana en Ourense. SANTI M. AMIL

yo en el día a día y les permiten continuar viviendo en su entorno con tranquilidad y seguridad. Por mi experiencia, percibo que lo que diferencia a una persona mayor de otra es su red de apoyo familiar y social. Una persona que en el día no mantiene contacto con nadie lo más probable es que esté en situación de vulnerabilidad. Por suerte, en las aldeas, las relaciones siguen siendo consistentes.

—Allí no existe la indiferencia de las ciudades. Siempre hay alguien pendiente de alguien.

—Exacto. Habiendo más posibilidades de relación social en las ciudades y más población, el efecto de soledad se da más en una ciudad que en el entorno rural. Los pocos vecinos que hay siempre están pendientes unos de otros, aunque no se lleven bien. Aún existe la unión y la colaboración vecinal. Muchos me comentan que quedan para jugar la partida en el bar o en el centro social, o que se reúnen en la plaza o en los bancos del parque para charlar. Mantenerse activos e interrelacionarse incrementa su calidad de vida.

—¿Cómo les afecta la soledad?

—La soledad les puede afectar de diferentes maneras, pero princi-

palmente en lo que más les impacta es en su salud. Cuanta menor relación tenga, más riesgo de padecer enfermedades como depresión, deterioro cognitivo y problemas físicos. Es la pescadilla que se muerde la cola, porque la dependencia física ocasiona el aislamiento, y este a su vez provoca en muchos casos el sentimiento de soledad.

—La estrategia apuesta por las residencias «abiertas».

—Realmente, las residencias deberían ser en su esencia centros abiertos a la comunidad, pero la realidad es que muchas veces la gente que reside en ellas también

padece soledad. Existe un problema de escasez de personal formado y motivado para

trabajar en los centros, y, a veces, aun queriendo los profesionales, no son capaces de atender las necesidades de tipo emocional. Me parece esencial que se haga referencia a ello y se promocióne. Las residencias deben estar abiertas a la comunidad, que se fomenten las relaciones con los centros educativos con actividades intergeneracionales. No podemos entenderlas como un centro estanco donde aparcamos a las personas mayores dependientes, sino como luga-

res donde vivir con las atenciones centradas en la persona como única.

—También propone protocolos con los profesionales. ¿Ya funcionan en Galicia?

—Normalmente en todas las residencias deben existir protocolos de atención para cada una de las profesiones que garantizan la correcta atención a los residentes. Pienso que en la mayoría de los centros ya disponen de ellos. Depende de la política de gestión que se cumplan en mayor o en menor medida. Veo fundamental que desde la atención primaria se pueda tratar este tema de la soledad de los mayores no solo con medicación, sino con la promoción de actividades físicas y de interrelación. Que haya más coordinación entre la sanidad y los servicios sociales cuando se detectan estos casos de personas vulnerables con un problema evidente de falta de red de apoyo.

—¿Hay miedo a contar que uno se siente solo?

—Pues, como buena gallega, depende. La tendencia es a no quejarse; aunque tengamos en mente que los mayores se quejan mucho, no es real. Han vivido una posguerra, muchos fueron emigrantes y tienen una enorme capacidad de resiliencia y de afrontar los problemas con actitud positiva. No creo que sea tanto miedo como el no querer ocasionar preocupación en los demás.

«Haría falta más inversión en el servicio de ayuda a domicilio y en el de teleasistencia»

Un algoritmo para que estudiantes y mayores compartan vivienda

P. P. F. OURENSE / LA VOZ

Un equipo multidisciplinar de estudiantes del campus de Ourense desarrolló el proyecto Sempre na Casa, una iniciativa diseñada para paliar dos realidades críticas de la ciudad: la dificultad de acceso a la vivienda para universitarios, y la soledad no deseada. Este último problema es especialmente alarmante en la provincia, donde se estima que afecta a cerca de la mitad de las personas mayores.

Presentaron su proyecto pa-

ra la última edición del Venture Lab Campus Auga de la Universidade de Vigo, en el mes de febrero, y ganaron el certamen. Los estudiantes de Enxeñaría Informática y Turismo Paula Pato, Pablo Tavarés, Gabriel Macías, Natalia Outomuro y Sara Somoza crearon una plataforma que utiliza algoritmos de inteligencia artificial para emparejar a estudiantes con personas mayores que viven solas y son autónomas. La tecnología permite

conectar perfiles basados en intereses comunes. Eso sí, el equipo afirma que la seguridad es lo primero, por lo que el proceso incluiría entrevistas presenciales y la revisión de antecedentes penales para garantizar una convivencia segura.

La idea inicial —explican los estudiantes— supone un modelo de beneficio mutuo. Frente a los precios actuales de habitaciones en Ourense, que rondan los 300 o 400 euros, Sempre na Casa

propone un modelo económico social. El estudiante le abonaría una cantidad de unos 150 euros directamente a la persona mayor, obteniendo un hogar asequible a cambio de ofrecer compañía. La plataforma se sostendría mediante suscripciones que incluirían un seguimiento continuo de la experiencia compartida.

El proyecto todavía es una idea prototipo; es decir, solo se ha presentado un boceto de la idea principal, pero no se ha

puesto en marcha, ya que los estudiantes están centrados en finalizar sus estudios. No obstante, dejan la puerta abierta a convertirlo en una realidad. El mayor desafío que han identificado no es técnico, sino social: vencer las dudas de los mayores ante la tecnología. Por ello, el plan de futuro incluye charlas presenciales en concellos y centros de día para acercar la plataforma de forma humana y directa a los usuarios.