

PESAGUERO
TERRITORIO
AMIGABLE
CON LAS PERSONAS
MAYORES

DIAGNÓSTICO AMIGABILIDAD DEL AYUNTAMIENTO DE **PESAGUERO** CON LAS PERSONAS MAYORES

Septiembre 2019



Índice de contenido.

Cap. 1: Presentación: Pesaguero Amigable con las Personas Mayores	Pág. 3
Cap. 2: Descubriendo el territorio. Descripción del municipio.	Pág. 5
Cap. 3: Cuestiones previas y metodología.	Pág. 8
Cap.4: Aspectos generales de la amigabilidad del municipio de Pesaguero con las personas mayores.	Pág. 15
Cap. 5: Espacios al aire libre y edificios.	Pág. 16
Cap. 6: Transporte.	Pág. 18
Cap. 7: Vivienda.	Pág. 20
Cap. 8: Respeto e Inclusión Social.	Pág. 23
Cap. 9: Participación Social.	Pág. 27
Cap. 10: Comunicación e información.	Pág. 29
Cap. 11: Trabajo y participación ciudadana.	Pág. 31
Cap. 12: Servicios sociales y de la salud.	Pág. 32
Cap. 13: Resumen indicadores de amigabilidad.	Pág. 34

Cap. 1: Presentación: Pesaguero Amigable con las Personas Mayores

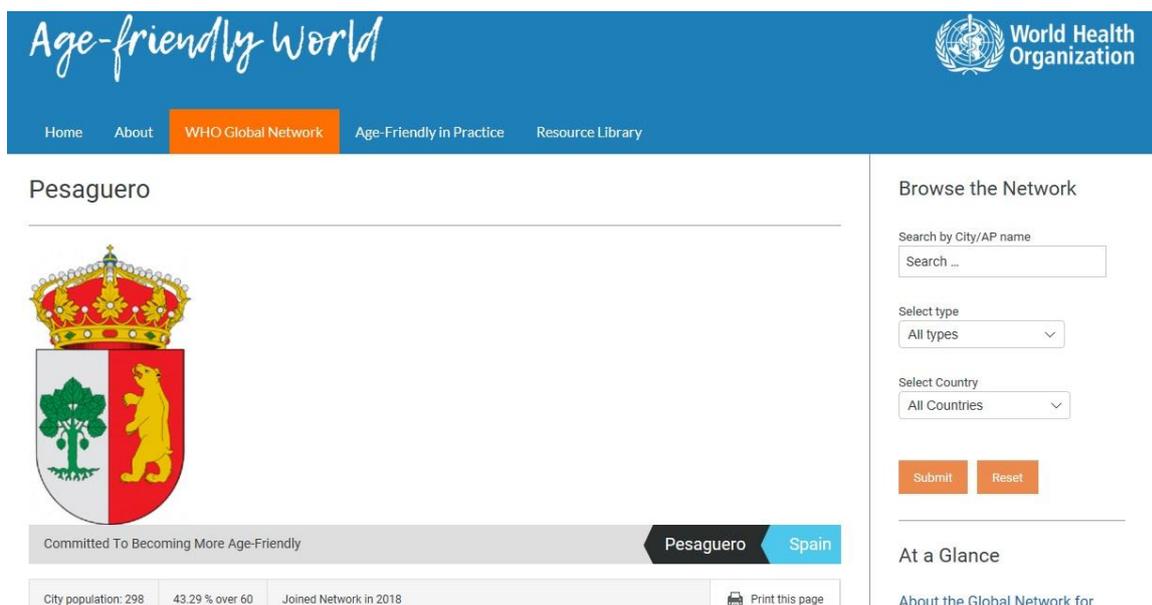
La Red Mundial de Ciudades y Comunidad Amigables con las Personas Mayores es un proyecto promovido por la Organización Mundial de la Salud (OMS) destinado a crear entornos y servicios que promuevan y faciliten un envejecimiento activo y saludable.

El IMSERSO, desde el 2012, a través de un Convenio de Colaboración con las OMS, es el organismo encargado en España de promocionar y apoyar este proyecto, impulsando y coordinando la creación de una Red Española de Ciudades Amigables con las Personas Mayores, ofreciendo asesoramiento y facilitando el proceso de adhesión a la Red a las corporaciones locales interesadas.

Es el Gobierno de Cantabria, a través de la Dirección General de Política Social, quien toma la iniciativa y ha promovido el "Programa de Buen Trato y Promoción de Territorios Amigables con las Personas Mayores" en la Mancomunidad del Alto Asón, Mancomunidad de los Valles de San Vicente, Mancomunidad de Liébana y Peñarrubia y Laredo.

Dentro de la Mancomunidad de Liébana y Peñarrubia se encuentra el municipio de Pesaguero el cual ha mostrado voluntad e interés por formar parte de la "Red de Ciudades y Comunidades Amigables con las Personas Mayores". Por tanto, aprobó en pleno municipal, el día 4 de abril de 2018, la adhesión e incorporación del ayuntamiento a la Red.

Posteriormente, se llevó a cabo el trámite de adhesión con el IMSERSO, siendo coordinadora con este organismo la Educadora Social de Servicios Sociales de Atención Primaria de la Mancomunidad de Liébana y Peñarrubia y ejecutada el día 19 de septiembre de 2018. Puede ser consultada en el siguiente enlace: <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/network/pesaguero/>.



The screenshot shows the WHO Age-friendly World Network website. The header includes the "Age-friendly World" logo and the World Health Organization logo. The navigation menu has "Home", "About", "WHO Global Network" (highlighted), "Age-Friendly in Practice", and "Resource Library". The main content area is titled "Pesaguero" and features the coat of arms of the municipality. Below the coat of arms, it states "Committed To Becoming More Age-Friendly" and shows "Pesaguero" and "Spain" in a progress bar. A table at the bottom provides statistics: City population: 298, 43.29 % over 60, and Joined Network in 2018. On the right side, there is a "Browse the Network" section with a search box, "Select type" dropdown (set to "All types"), "Select Country" dropdown (set to "All Countries"), and "Submit" and "Reset" buttons. Below this is an "At a Glance" section with the text "About the Global Network for".

Un territorio amigable con las personas mayores es aquel que diseña y reorganiza las políticas, los servicios y las estructuras tanto físicas como sociales de la comunidad para apoyar y permitir a las personas mayores vivir dignamente, disfrutar de buena salud y continuar participando en la sociedad de manera plena y activa.

En cuanto a la metodología que se utiliza en este programa, se trata de un modelo de “abajo hacia arriba” en el que resulta fundamental la participación activa de las personas mayores en todo el proceso, junto con la experiencia de profesionales, asociaciones, proveedores de servicios públicos, comerciales y de voluntariado que puedan proporcionar una visión más completa de los puntos fuertes y débiles del entorno con las personas mayores.

Por ello, prima como objetivo principal en la primera fase, conocer a través del “Protocolo de Vancouver”, las necesidades sentidas por parte de las personas mayores y de los diferentes agentes, profesionales y movimientos asociativos que existen en Pesaguero, conociendo su percepción y visión de qué pasos consideran óptimos para mejorar el bienestar de las personas mayores y de su comunidad.

Tabla 1.1. Fases del proyecto de amigabilidad propuesto por la OMS.

Fases	Objetivos	Duración
Planificación	1) Desarrollo grupos focales. 2) Elaboración informe (necesidades y propuestas de mejora). 3) Elaboración plan de acción. 4) Identificación de los indicadores	1-2 años
Ejecución	1) Ejecución del plan de acción 2) Seguimiento de los indicadores	3-4-5 años
Evaluación	1) Medición de los progresos. 2) Identificación de los éxitos y las deficiencias persistentes.	3-4-5 años
Mejora Continua	1) Planificación 2) Ejecución. 3) Evaluación.	6-10 años

Cap. 2: Descubriendo el territorio: descripción del municipio

1. Características geográficas y físicas:

Los municipios de Pesaguero y Cabezón de Liébana formaban el antiguo valle de Valdeprado. Ambos están atravesados por la carretera nacional que une Liébana con la provincia de Palencia a través del puerto de Piedrasluengas. Situado en el sureste de Liébana, limita con el valle de Polaciones, la provincia de Palencia y los municipios de Cabezón de Liébana y Vega de Liébana.

En este valle hay gran número de pequeños pueblos muy bien conservados y cuenta con un gran patrimonio natural. La ganadería, la agricultura y el turismo rural son sus principales recursos económicos.

En este municipio se encuentra el pueblo uno de los pueblos más altos de Cantabria, Caloca, situado a 1.108 metros sobre el nivel del mar.

2. Demografía y población:

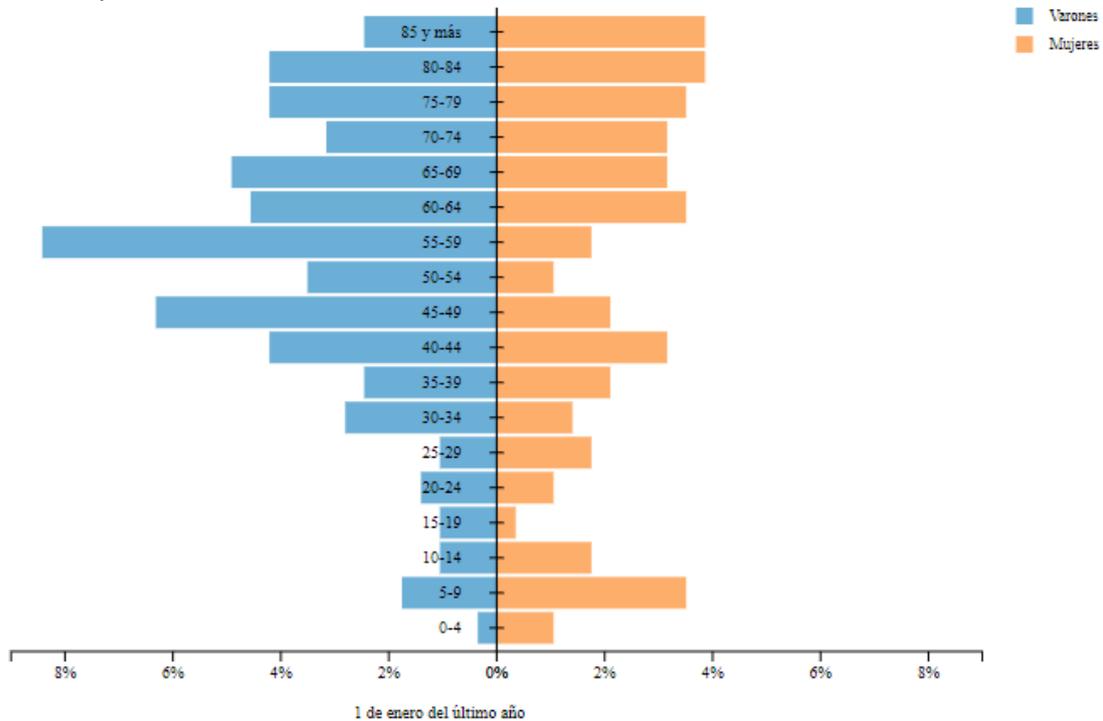
- **La población** del Ayuntamiento de Pesaguero cuenta con un total de 285 habitantes (*dato obtenido ICANE 2019*).

Tabla 2.1. Resumen total habitantes del Ayuntamiento de Pesaguero.

LOCALIDAD	HABITANTES	MUJERES	HOMBRES	DISTANCIA EN KM*
AVELLANEDO	16	8	8	2,3
BARREDA	17	7	10	2,6
CALOCA	36	18	18	7,3
CUEVA	20	7	13	6,2
LERONES	36	18	18	3,4
LOMEÑA	38	13	25	3,7
OBARGO	11	4	7	4,4
PESAGUERO	55	24	31	
VALDEPRADO	29	13	16	5,9
VENDEJO	27	8	19	3,4

* El campo "DISTANCIA en Km" se refiere a la distancia de cada población a la capital del municipio Pesaguero.

- Pirámide poblacional:



Municipio: Pesaguero
Fuente: Padrón Municipal de Habitantes. Instituto Nacional de Estadística (INE)
Última actualización: 30/01/2019
Unidades: Número de personas

La pirámide poblacional del municipio de Pesaguero presenta una estructura regresiva:

- Los intervalos con más población son los comprendidos entre los 55-59 años siendo superior el número de hombres que de mujeres en este rango.
- El 44,56% de la población de Pesaguero es mayor de 60 años.
- El número de hombres mayores de 60 años (67) es superior al de mujeres mayores de 60 años (60).
- La tasa de envejecimiento de la población de Pesaguero (38,76%) es superior a la tasa de envejecimiento de Cantabria (23,58%). Se sitúa muy por encima de la tasa de envejecimiento nacional 19%.
- La tasa de envejecimiento de la población es menor en mujeres (30,77%) que en hombres (34,23%).

Tabla 2.2. Tabla resumen habitantes mayores de 60 años en Pesaguero.

EDAD	MUJERES	HOMBRES	TOTAL
60-64 AÑOS	10	13	23
65-69 AÑOS	9	14	23
70-74 AÑOS	9	9	18

75-79 AÑOS	10	12	22
80-84 AÑOS	11	12	23
85 + AÑOS	11	7	18
TOTAL	60	67	127

(Datos obtenidos del ICANE 2019)

Como se puede observar en esta tabla el 49,61% de la población mayor de 60 años del municipio de Pesaguero se encuentra por encima de los 70 años, franja de edad en la que aumenta la posibilidad de encontrarse en una situación de dependencia, de fragilidad, pueda aparecer un deterioro cognitivo... En definitiva, donde se va a necesitar una red de apoyos y recursos adecuados y amigables para dar respuesta a estas personas.

Tabla 2.3. Estadística de Dependencia en Pesaguero.

	TOTAL	MUJERES	HOMBRES
PERSONAS CON DERECHO	11	8	3
PERSONAS CON PRESTACIÓN	7	5	2
PECEF	4	3	1
TAD	1	0	1
SAD	0	0	0
CENTRO DE DÍA	2	1	1
RESIDENCIA	1	1	0

(Datos obtenidos del ICASS 2017)

- El índice de dependencia en Pesaguero es de 75,71% superior al de la Comunidad Autónoma que se sitúa en 52,06% (según ICASS 2017).
- Este índice de dependencia de Pesaguero es superior en las mujeres siendo el 106,35% frente a 58,77% en hombres. Este dato concuerda con el mayor número de mujeres con 85 años o más que de hombres en el municipio de Pesaguero.
- Según datos del ICASS 2017:
 - 8 mujeres y 3 hombres del municipio de Pesaguero tienen derecho a prestación.
 - 5 mujeres y 2 hombres reciben prestación.
 - 3 mujeres y 1 hombre reciben prestación económica por cuidados en el entorno familiar.
 - 1 hombre cuenta con servicio de Teleasistencia.
 - Ninguna persona cuenta con el apoyo de Servicio de Ayuda a Domicilio.
 - Una mujer y un hombre son usuarios del Centro de Día.
 - Una mujer es usuaria de Residencia.

Cap. 3: Cuestiones previas y metodología

Para la realización del informe diagnóstico de amigabilidad se han realizado diversas técnicas de investigación y participación para analizar las ocho áreas que establece la OMS acerca de las directrices a seguir para convertirse en un ayuntamiento amigable con las personas mayores. Estas dimensiones en su conjunto establecen el punto de partida en el que se encuentra el municipio y los pueblos que lo conforman, favoreciendo la identificación de necesidades y la recogida de propuestas realizadas por parte de las personas mayores y otros agentes comunitarios.

Las áreas sobre las que se están trabajando son las siguientes:

- 1) Espacios al aire libre y edificios.
- 2) Transporte.
- 3) Vivienda.
- 4) Respeto e inclusión social.
- 5) Participación social.
- 6) Comunicación e información.
- 7) Trabajo y participación ciudadana.
- 8) Servicios sociales y de la salud.

Las técnicas utilizadas han sido las siguientes:

- 1) Presentación del programa
- 2) Realización de reuniones – grupos abiertos.
- 3) Realización de cuestionarios.
- 4) Grupos focales.
- 5) Entrevistas

1) Presentación del programa.

En esta fase inicial se aprovechó la fiesta de clausura del Programa de Envejecimiento Activo para realizar una presentación oficial, de esta forma se facilitaba llegar a las máximas personas mayores de una vez y dejar abierta la posibilidad de continuar con unas sesiones grupales en cada municipio durante el mes de mayo en el que ya no había actividades. Esto tuvo muy buena acogida permitiendo mantener reuniones y grupos abiertos durante un mes en el que se establecieron sesiones informativas.

A su vez, facilitó la presentación del mismo ante agentes sociales y políticos de la zona para reforzar la importancia de participación de todos para llevar a cabo acciones conjuntas.

2) Reuniones – grupos abiertos.

Grupo de personas mayores localizado que en la actualidad participan en actividades grupales, denominadas en Cantabria Programas de Envejecimiento Activo. Estas reuniones se han desarrollado hasta finales de mayo, antes del descanso estival, para evitar que se produjese el abandono de este tipo de actividades hasta el comienzo o mediados de otoño.

AYUNTAMIENTO	Nº PARTICIPANTES	LUGAR DE REUNIÓN
CABEZÓN DE LIÉBANA PESAGUERO	16	Cabezón de Liébana

Además de los grupos focales, se contempló también poder realizar otro tipo de presentaciones, asambleas, entrevistas individuales... como parte de la presentación y acercamiento del proyecto, proceso y metodología a los residentes en el municipio y a los diferentes agentes de interés.

Por el momento se han llevado a cabo la presentación del proyecto (durante la cual se pasó una encuesta y se debatió sobre las necesidades en los pueblos) y unas jornadas formativas e informativas sobre amigabilidad con los usuarios del programa de "Envejecimiento activo". La totalidad de sus 16 participantes han sido mujeres procedentes de dos Ayuntamientos, Cabezón de Liébana y Pesaguero, ya que comparten recursos, tales como local y profesionales, para realizar las actividades

3) Cuestionarios.

Con el fin de establecer una evaluación de la amigabilidad del municipio de Pesaguero se planteó la importancia de analizar determinados elementos de amigabilidad del ayuntamiento que permitieran medir y evaluar de forma cuantitativa los indicadores que componen las dimensiones fijadas por la OMS. Para ello, de forma paralela, se elaboró y realizó de un cuestionario dirigido exclusivamente a personas mayores.

El cuestionario, se divide en las ocho dimensiones del proyecto y establece un total de 65 indicadores que evalúan la amigabilidad de los pueblos, estructurados de la siguiente forma:

Tabla 3.1. Relación de indicadores recogidos en el cuestionario según área.

	Número de indicadores
ÁREA OMS	
Espacios al aire libre y edificios	11
Transporte	14
Vivienda	9
Respeto e inclusión social	7
Participación social	8
Trabajo y participación ciudadana	6

Servicios Sociales y de Salud	5
Comunicación e información	5
Total indicadores	65

La recogida de información mediante cuestionarios comenzó en el mes de noviembre a través de cuestionarios autocumplimentados en papel. Estos cuestionarios se han facilitado a las personas mayores desde:

- Los Servicios Sociales; donde los distintos profesionales se han encargado de entregarlos a las personas mayores, ayudarlos cuando ha sido necesario y de recogerlos de nuevo cumplimentados, para posteriormente desde el equipo de Cantabria Amigable hacer un análisis de lo recogido.

- El Centro de Salud; donde la Trabajadora Social del centro se ha encargado de entregarlos a las personas mayores. Debido a las dificultades que ella misma expresaba para dedicar tiempo a rellenarles con ellos, ya que su horario de atención directa es muy reducido, les explicaba el proceso y les indicaba que podían entregarlos a través de servicios sociales; sin embargo, por este método no hemos conseguido recoger un solo cuestionario.

- Jornadas informativas, aprovechando las reuniones de presentación del programa donde se les invitaba a participar en los grupos focales a las personas mayores, también se dio la opción de participar a través de cuestionarios a todo aquel que lo prefiriese por este medio.

Una vez más y con el escaso número de cuestionarios cumplimentados, se puede destacar la dificultad que nos hemos encontrado en el municipio de Pesaguero para conseguir que las personas mayores participen y se impliquen en el proyecto.

Tabla 3.2 Características de las personas mayores que han cumplimentado los cuestionarios

Edad	
De 60 a 75 años	1
75 y más años	2
Sexo	
Hombre	0
Mujer	3
Localidad	
Pesaguero	2
Buyezo	1
	TOTAL:3

Asimismo, debido al escaso número de cuestionarios cumplimentados y a que estos han sido cumplimentados con serias dificultades, dejando muchos ítems sin respuesta, no se han tenido en cuenta para la valoración de ningún área en este documento.

4) Grupos focales.

La siguiente fase a nivel metodológico es la consulta a las personas mayores del grupo de Envejecimiento Activo que quieran participar y su posterior convocatoria para la realización de grupos focales. Para los grupos focales formulamos una propuesta ya que se consideró necesario hacer una adaptación del protocolo de Vancouver debido a las características demográficas que nos encontramos en el municipio de Pesaguero, ya que cuenta con una población de 298 habitantes y, por tanto, inferior a los 5.000 habitantes. Otras características específicas que justifican la propuesta:

- Se trata de un municipio con escasa cultura de participación social, resultando el proyecto muy novedoso y, por tanto, puede ser vivido por los vecinos como ajeno.
- El carácter individualista predominante entre muchos de sus habitantes que hace que en anteriores ocasiones la experiencia de convocatorias para otro tipo de iniciativas, incluso de menor complejidad en cuanto a la implicación en la participación... haya tenido un alto índice de fracaso.
- La posibilidad de aprovechar grupo ya formado, bien por intereses comunes o por vivir en la misma residencia... logra que minimicemos las resistencias, facilitando su participación en un entorno más confortable y seguro, tanto por el lugar de realización como por las personas con las que compartir esta experiencia.
- Al tratarse de un lugar pequeño en el que todo el mundo resulta cercano en mayor o menor grado, se produce un gran rechazo a discutir y tratar temas en público, por lo que aprovechar los grupos formados por afinidad previamente, en vez de los que estratificamos nosotros por edades nos dará una mayor soltura, espontaneidad y garantía de participación.
- Aprovechando los escenarios de participación: grupo de actividades ya consolidado, aprovechamos también la organización que tienen en cuanto a horarios, lugar de reunión, desplazamiento, hábitos... por lo que una vez más garantizamos su participación.
- El efecto de la época estival. Año tras año se comprueba que la participación de las personas mayores en actividades organizadas por asociaciones e instituciones durante el periodo comprendido entre el final de la primavera y mediados de otoño, baja notablemente, ya que los pueblos cobran más vida, hace mejor tiempo y el ocio se traslada hacia otras actividades como huertas, paseos y reuniones entre vecinos en los propios pueblos, con familiares que llegan de fuera... de forma que resulta innecesario ofrecer otro tipo de actividades, por lo que una vez más se justifica lo apropiado de aprovechar sus recursos sociales y grupos naturales, en hábitos relacionales ya adquiridos.
- El periodo estival también afecta a otro tipo de grupos focales, como serían los de proveedores y cuidadores, ya que, además de la agricultura y ganadería, la otra principal fuente de ingresos de la zona se genera en el sector turístico, lo que provoca que en verano muchas personas trabajen también en éste sector, y que las largas jornadas laborales de la hostelería dificultan participar en otro tipo de actividades. Además, las responsabilidades familiares que se amplían con el retorno a los pueblos de familiares en esta época del año, consideramos que todo ello dificultaría su desarrollo.

Tabla 3.3 Recomendaciones metodológicas del protocolo de Vancouver.

	<i>Municipios entre 1001 y 5000 habitantes</i>	<i>Municipios menores de 1000 habitantes</i>
<i>Nº de grupos</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Un grupo de 60 a 70 años • Dos grupos de 70 a 80 años • Un grupo de más de 80 años • Un grupo de cuidadores, miembros de asociaciones... 	<ul style="list-style-type: none"> • Un grupo de mayores de 60 a 75 años • Un grupo de más de 75 años • Un grupo de cuidadores, profesionales...

Pero atendiendo a las características demográficas, orográficas, de dispersión de los núcleos de población, escasez de servicios y escasa cultura de participación del municipio de Pesaguero y con el fin de favorecer la participación se han realizado las siguientes adaptaciones:

- Separar los grupos por franja de edad: Desde el protocolo de Vancouver para poblaciones inferiores a 1000 habitantes se propone realizar dos grupos focales (un grupo de personas mayores de entre 60-75 años y otro mayores de 75 años), pero conociendo las características concretas de la zona y la escasa participación no ha sido una variable excluyente del grupo.
- Número de participantes: participaron 8 personas mayores de 6 pueblos pertenecientes al municipio coincidiendo con el número mínimo de 8 personas para cada grupo focal. En el caso de grupos focales de profesionales la participación fue de 6 personas en el primero y 9 personas en el segundo, esto se debe en gran parte a la escasez de servicios propios del municipio, ya que muchos de estos se encuentran Mancomunados o se comparten con municipios vecinos, tales como los Servicios Sociales y de Salud.
- El estatus socioeconómico: no ha sido considerado adecuado segmentar los grupos en función del estatus socioeconómico porque en municipios y localidades con tan poca población todos los vecinos y vecinas se conocen y puede ser una barrera para la participación.
- Tiempo de desarrollo: Desde el protocolo de Vancouver se establece un tiempo estimado para el desarrollo del grupo de 2'5- 3 horas que en esta ocasión no se ha superado por el escaso número de aportaciones (No existe cultura de participación social).
- La OMS recomienda que las personas participantes en los grupos focales y/o grupos abiertos no mantengan una relación estrecha lo que ha sido tarea imposible ya que la escasa población de las localidades hace que todos/as los vecinos y vecinas se conozcan, además para garantizar un mínimo de participación se aprovecharon grupos ya constituidos por participantes en otro tipo de actividades.

Tabla 3.4 Perfil, número y participantes de los grupos focales.

Perfil de los grupos.	Nº de Grupos.	Nº de personas.
Grupo de Personas Mayores de 60 años.		
Grupo A	1	8
Grupo de profesionales y/o proveedores de servicios		
Grupo B	1	6
Grupo C	1	9
TOTAL	3	23

Grupo A: Personas mayores del municipio de Pesaguero.

Este grupo estuvo formado por un total de 8 personas, 7 de ellas mayores de 60 años, 7 mujeres y 1 hombre, residentes en 6 localidades diferentes del municipio. Duración: 1 hora y 8 minutos.

Grupo B: Profesionales y/o proveedores de servicios de Pesaguero.

Participaron 6 profesionales de diferentes ámbitos de los social, 3 técnicas del Programa "Envejecimiento Activo" que se desarrolla en todos los municipios de la Mancomunidad, 2 Integradoras Sociales que desarrollan el programa "Viviendo", con atención a personas con discapacidad intelectual y 1 Trabajadora Social del "Asilo Félix de las Cuevas". Duración: 1 hora y 9 minutos.

Grupo C: Profesionales y/o proveedores de servicios de Pesaguero.

Participaron 9 profesionales de diferentes ámbitos de lo social, 2 trabajadoras sociales de SSAP, 2 representantes del Plan Mayor de la Guardia Civil, 4 voluntarias y voluntarios de programas y servicios dedicados a personas mayores y 1 representante del Grupo de Acción Local de Liébana. Duración: 1 hora y 53 minutos.

Tabla 3.5 Sexo, edad y lugar de residencia de los participantes mayores del grupo focal.

Sexo	Edad	Lugar de Residencia
Mujer	67	La Gloria
Mujer	77	Vendejo
Mujer	69	Avellanedo
Mujer	71	Pesaguero
Mujer	65	Avellanedo
Mujer	58	Lerones
Mujer	74	Dos Amantes
Mujer	66	Pesaguero

Tabla 3.6 Características del grupo de personas mayores.

Edad	
De 55- 60 años	12,5%
De 60- 75 años.	75%
75 y más años.	12,5%
Sexo	
Hombre.	12,5%
Mujer.	87,5%
Situación Actual.	
Jubilado/a.	87,5%
Trabajador/a. En búsqueda de empleo.	12,5%

5) Entrevistas:

Ante la imposibilidad de algunos profesionales que mostraron su intención de participar en el programa de acudir a la celebración de los grupos focales, se decidió realizar la recogida de información en forma de entrevista, en vez de pasarles un cuestionario con preguntas cerradas, ya que desde su posición y trabajo continuado con personas mayores de la zona, nos podían aportar un punto de vista amplio sobre las áreas a analizar, y hacer de transmisores de las ideas que oyen a sus propios vecinos.

En total, se han recogido dos entrevistas de manera formal; se han contactado con más profesionales que si bien, han aportado ideas o mantenido conversaciones telefónicas o de manera informal en encuentros de otro tipo, no se han podido recoger a través de grabaciones o manuscritos por la forma y momento en el que se dieron los encuentros.

Acciones de este tipo, constatan las dificultades de encontrar en la zona personas que participen de forma activa; sobre todo personas mayores, aunque en ocasiones, nos encontramos con otro tipo de perfiles que muestran también muchas reticencias: bien son profesionales no afincados en la zona por lo que no son conocedores de áreas que se salgan de su campo de trabajo, además de no disponer de tiempo, ya que acuden a las horas de atención directa; o bien son reacios a esta metodología de trabajo o han participado en el programa en alguna de sus otras formas.

Cap. 4: Aspectos generales de la amigabilidad de Pesaguero con las personas mayores

En esta introducción del análisis de la amigabilidad del municipio de Pesaguero se pretende mostrar de forma contextual algunas percepciones generales sobre cómo es vivir en Pesaguero para una persona mayor. Se ofrece así un punto de partida sobre el que comenzar la evaluación del conjunto de dimensiones que hace que el territorio sea amigable con las personas mayores.

Al no haberse recogido apenas cuestionarios en este municipio no ha sido posible una valoración cuantitativa sobre la amigabilidad del municipio, por lo que detallaremos en el siguiente capítulo los aspectos cualitativos sobre cada una de las áreas extraídos por otras metodologías.

Cap. 5: Espacios al aire libre y edificios

Esta primera área, de las 8 que define la OMS para la evaluación de la amigabilidad del ayuntamiento es uno de los capítulos más extensos teniendo en cuenta el conjunto de aspectos que recoge para su valoración. Dentro de este apartado se tratan los siguientes aspectos:

- Parques y zonas verdes.
- Bancos para sentarse.
- Aceras y calles.
- Tráfico y semáforos.
- Seguridad personal.
- Accesibilidad a los edificios públicos.

Edificios Públicos

El municipio no cuenta con grandes infraestructuras de uso público, respecto al ayuntamiento muestran una valoración positiva; sin embargo, el ambulatorio médico es susceptible de algunas mejoras de accesibilidad y acondicionamiento.

"Al ayuntamiento se sube bien, está bien adaptado y para subir bien, en el ambulatorio hay un pequeño escalón que para una persona con movilidad reducida ahí no hay rampa aunque es poco"

"Pasable"

"el Ayuntamiento está adaptado, el CS tiene un pequeño escalón, no tiene baño adaptado y después eso, los pueblos si intentan ir mejorando el asfalto y el piso para poder moverse pero bueno, los bancos no son muy..., no hay parques ni zonas de descanso en los pueblos"

Áreas de descanso y bancos.

Este punto es susceptible de mejora en todos los pueblos, valoran mucho la instalación de bancos en puntos estratégicos de los mismos, ya que esto facilita un punto de reunión para los vecinos, además una de las principales fuentes de socialización en núcleos que cada vez están quedando más despoblados y tienen una expansión geográfica tan amplia es salir a pasear, actividad que hacen casi todas las personas mayores por lo que necesitan áreas de descanso que lo faciliten. Se asume como dificultad para la realización de algunas mejoras la orografía propia del terreno, sin que esto impida señalar pequeñas inversiones que reviertan en beneficios para los vecinos.

Una de estas inversiones podría constituir la instalación de bancos nuevos en casi todos los pueblos y algunos puntos de carreteras y caminos, se insta al buen mantenimiento de los ya existentes que en ocasiones no se pueden utilizar por el deterioro que presentan.

"Hay un banco y quien se puede sentar, dos"

"En el merendero tengo, hay dos bancos pero están todo el año tapaos. Hay una caseta de esas, una parada del autobús, lo único al otro lado hay un banco y ya está todo roto y nadie le quiere, tenían que poner algún banco pa poder sentarse"

"Han puesto un merendero y está to destruido, con una madera que no vale pa na"

"Es lo que digo yo, es que aquí tenían que ponernos un banco decíamos (...) porque fjjate, venimos cansás porque bajamos hasta la curva de abajo y ya cuando subimos llegamos cansás"

Carreteras y caminos:

Cunetas y caminos son utilizados por las personas mayores para sus paseos por lo que es necesario un buen mantenimiento y limpieza de las mismas, que se valora como insuficiente, se aprecia que en determinadas épocas del año se vuelven intransitables y las cunetas permanecen llenas de bardas por lo que obliga a invadir la carretera a los peatones con la consiguiente inseguridad física para los mismos.

"Peor no lo verán que no podemos ni andar"

"Después te metes para Lerones, yo me acuerdo de Lerones que es que se nos cierra la carreta"

"Tardan en quitar las zarzas"

"Ella tiene que ir por la carretera, no tiene otra cosa"

"Algunas veces nos tenemos que meter en el bardal para que pase el coche"

"Y encima el trocín que hay está sucio con argayos"

"La mayoría de las carreteras no tienen arcén"

-Iluminación

Hay poca o nula iluminación en algunos puntos de los pueblos y carreteras, además de incidir negativamente en la percepción de seguridad, esto supone un problema para salir de casa, sobre todo durante el invierno que anochece muy pronto.

"Los puntos donde hay casas, esos si tienen luz pero ya los demás no"

"Ya pero cada eso, de vez en cuando poner una... podrían poner un poquito más, estar mejor iluminado"

Cap. 6: Transporte

El capítulo de evaluación de la amigabilidad del municipio relacionada con el transporte se centra en el transporte público existente y en la experiencia como conductores y conductoras.

El grupo formado por las personas mayores, es un tipo de colectivo que por multitud de circunstancias presenta factores muy heterogéneos. Esa heterogeneidad se traslada de forma clara al uso de los medios de transporte. A medida que avanza la edad de la persona, los diferentes medios utilizados van conllevando algunos problemas para su uso de forma efectiva, cómoda y segura. Por ejemplo, diversos factores como la salud de la persona, la accesibilidad al transporte público, el nivel económico, etc., hacen que algunas personas mayores sigan utilizando el vehículo propio o bien se decanten por el transporte público.

De ahí surge la importancia y la necesidad marcada por la OMS de estudiar esta área específica y su situación con respecto a la población de personas mayores del municipio de Pesaguero.

Transporte Público.

La falta de transporte público se considera el principal problema a la hora de acceder a programas y servicios desarrollados en el municipio o en municipios vecinos, teniendo en cuenta la distancia entre pueblos y la prestación de la mayoría de servicios en Potes como núcleo central de la comarca, la queja es reiterada entre la población mayor. Se valora como positivo la línea de autobús que se mantiene en uno de los Valles un día a la semana coincidiendo con el día de mercado en Potes, aunque se reconoce que está infrautilizada, en parte debido a que al no ser un servicio diario la gente ya está acostumbrada a organizarse con familiares y vecinos, sobre todo ese día que suelen aprovechar para compras y por tanto volver cargados con peso, por lo que el transporte público no resulta cómodo, y en parte a que en los pueblos cada vez va quedando menos gente, cada vez más mayor y dependiente, a la que le es imposible acceder caminando a la carretera general, que dista en ocasiones a kilómetros, donde tiene la parada el autobús.

"Lo bueno es eso, que si esta quiere bajar hasta Pesaguero, hasta La Gloria, que son tres km, arriba no sube"

"De Valdeprao a Potes por la general nada más"

"También hay que entender que Potes Valdeprao bajan 4 viajeros"

"Se utiliza muy poco"

"Hay que bajar andando de los pueblos"

"pero hay un problema aquí en Liébana y es que la mayor parte de la población mayor está en los pueblos, no está ubicada en Potes"

"ya, de los pueblos claro, a ver sin transporte sería imposible"

Taxi

A nivel usuario se valora positivamente el servicio que se da en cuanto accesibilidad, amabilidad, trato personal, disponibilidad y en general, calidad del servicio; sin embargo, se reconoce como un servicio con coste inasumible para algunos usuarios, sobre todo, porque al carecer en la zona de otro medio de transporte público, éste es utilizado para desplazamientos de actividades de primera necesidad, tales como consultas médicas, analíticas...

"Es que por ejemplo, los lunes si tienen que bajar a la analítica que son los lunes y los jueves, pues Rosa depende de que la bajen, esta depende de que la bajen"

"Sí, sí, yo aunque solo sea a la farmacia, dependes de alguien o te coges un taxi que encima de pagar las medicinas te tienes que pagar el taxi"

Conducción

Asociado al avance de la edad se reconoce una pérdida de facultades para la conducción lo que conlleva un riesgo para uno mismo y para los demás; sin embargo, la pérdida del carné de conducir supone un golpe importante en el recorrido vital de las personas que las convierten en más dependientes y más vulnerables al aislamiento.

"aquí las personas mayores que conducen, pues fijate tú aquí la media de edad que hay, la gente que el carné le tendrán un año, dos años como mucho"

"sí, porque hay sitios que a lo mejor en el pueblo lo tienen dos o tres, porque bajan los lunes y le ponen carné reducido, ¿a cuánto está tu pueblo?, a 25 km, pues 25 km, del pueblo para bajar al mercado los lunes y volver a casa, no hay otra opción, pero es que si se lo quitas a lo mejor es el único que baja del pueblo, claro porque ese es el problema los dejás incomunicados"

"les quitan el carné y... uff... y además es que hay una diferencia, es muy diferente, tengo el carné me muevo, no tengo el carné y ya..."

Cap. 7: Vivienda

El análisis de determinadas características de la vivienda es un elemento clave para medir la calidad de vida de la población, pero además es especialmente relevante para el segmento de personas mayores. Esta población es la que en mayor medida experimenta problemas de accesibilidad a sus viviendas (puertas de acceso, ascensor, rampas, etc.) siendo necesario realizar diversas reformas para mejorar esa situación, lo que en ocasiones no es fácilmente realizable por ausencia de capacidad financiera, por falta de ayudas económicas, o por la propia comunidad de vecinos/as.

El área de vivienda, por otro lado, debe entenderse también de manera significativa atendiendo a la propia infraestructura del hogar para aquellas situaciones en las que las limitaciones de las personas, derivadas de un empeoramiento del estado de salud, o que por situaciones de mayor dependencia pudieran emerger, suponen una necesidad imperante de llevar a cabo reformas en el hogar para adaptar la vivienda a estas situaciones.

La falta de accesibilidad a la vivienda provoca diferentes situaciones perjudiciales y contrarias a los parámetros de calidad de vida para las personas mayores. Uno de estos perjuicios es que esta accesibilidad inadecuada provoca que las personas mayores afectadas no puedan realizar alguna actividad con total normalidad. Por tanto, un análisis de la condición y posible mejora de la situación de las personas mayores debe estructurarse, entre otras dimensiones, sobre indicadores relativos a la vivienda.

En este sentido, es primordial la capacidad de respuesta que ante estas situaciones tenga el Municipio, dando a conocer y publicitando las medidas llevadas a cabo y las posibles ayudas que pudieran ponerse en marcha.

Esta área de trabajo, trata de reflejar la percepción que tiene la población mayor sobre diversos aspectos relacionados con la vivienda: desde la valoración de diversas situaciones de accesibilidad, necesidades de adaptaciones, hasta el conocimiento de las políticas de ayuda a la vivienda puestas en marcha desde los organismos públicos, etc.

Accesibilidad y autonomía dentro de las propias viviendas. Reformas y adaptaciones.

En general, las personas mayores participantes en los grupos de debate mantienen sus casas en óptimas condiciones y se hacen cargo de reformas para adaptarlas a sus necesidades, también son conscientes de las futuras reformas que deberán afrontar, en su mayoría baños, sustitución de bañeras por platos de ducha con el fin de evitar caídas o traslado de habitaciones principales a las primeras plantas, ya que casi todas las viviendas cuentan con escaleras.

Son conocedores de que existen ayudas y subvenciones, reconocen que en muchas ocasiones por tener a alguien cercano que en algún momento lo ha solicitado y saben a qué organismo dirigirse a pedir información y asesoramiento en los trámites.

"Yo de momento estoy cómoda y reconozco que... además la lavadora la tengo en el garaje, más escaleras"

"Yo sí, si me quedo en ella sí. Yo tengo la lavadora abajo, tendría que bajar las escaleras que ya me he caído"

"...pero tú puedes bajar al ayuntamiento donde servicio social y ellos te valoran como estás tú como está tu marido para poderlo cambiar y te pueden dar una ayuda para poderlo cambiar"

"Ellas te pedirán un informe médico de cómo está tu marido, de cómo está tú las posibilidades que tienes para meterte en la bañera, todas esas cosas y eso se lo tienes que llevar a la asistente social y la asistente social eso con otras cosas que te pidan, lo tramita a quién lo tenga que transmitir y te dan pues X"

Sin embargo, a través de las opiniones de los profesionales que trabajan en el municipio, sobre todo, profesionales de ayuda a domicilio que tienen acceso a gran número de casas de gente mayor, se sabe de la existencia de muchas viviendas que no son accesibles ni están adaptadas, en muchas ocasiones las características de la construcción y el lugar en dónde se encuentran tampoco permiten grandes adaptaciones, lo que dificulta en gran parte su permanencia en la vivienda si pierden facultades, movilidad o sufren deterioro considerable.

"sí que hay muchas viviendas que no son nada accesibles, ni internas...,ni dentro del domicilio ni fuera del domicilio y sí que dificulta la movilidad pero... en os pueblos, la gente mayor puede vivir en la casa de toda la vida, la casa tradicional en la que siempre han estado viviendo y a veces es la casa familiar, que no es una casa de nueva construcción, que no es una casa adaptada, que es una casa de hace montones de años con todos sus problemas"

En ocasiones los propios mayores son reacios o no son conscientes de la necesidad de realizar reformas que mejoren su calidad de vida en sus domicilios, por lo que es necesario un trabajo multidisciplinar de todos los profesionales de los diferentes ámbitos en conjunto con las familias, tanto para detectar este tipo de situaciones como para concienciar a los usuarios en la importancia de invertir en mejoras de su calidad de vida.

"no ven al necesidad de hacer, están acostumbrados a vivir en unas determinadas condiciones y no lo ven necesario, lo ven como un lujo"

"por no meterme en obras..., hay veces que se hace la reforma o se hace la adaptación pues por presión familiar"

Residencias, centros de día y ayuda a domicilio.

Se insiste en la necesidad de invertir en más recursos orientados a la permanencia de las personas mayores en sus domicilios: Teleasistencia, ayuda a domicilio..., ya que consideran que es el mejor recurso que se les puede ofrecer. Aunque valoran la Residencia de la zona de forma positiva reconocen el duro trámite que supone para la gente mayor abandonar sus casas, las personas más mayores de los grupos focales verbalizaban angustia de pensar en no poder valerse dentro de sus domicilios, sobre todo viven el traslado a las residencias como una pérdida de sus redes sociales y desarraigo de los pueblos, y aunque reconocen el buen trato de los profesionales que trabajan en ellas, también una pérdida de libertades e independencia que repercute en su bienestar psicológico.

Yo lo que digo es una cosa, si no os tengo que dejar nada, se lo digo a los hijos, pero yo algo para que me tengan el mayor tiempo posible en mi casa, me pongan una mujer..."

"Yo tengo una tía, pertenece al ayuntamiento de Cabezón, adaptaron su casa, cocina, habitación y baño, cocina porque tenía que bajar, el baño le tenían arriba y luego su habitación lo mismo la tenían arriba, tiene cumplirá ahora 100 años, está en su casa y tienen una señora que ha puesto la seguridad social, asuntos sociales y luego ellos pagan otra para estar más completa ella por la noche y tal, y está en casa y no han querido que bajara a la residencia ni a ningún lado, están contentos de tenerla allí, con 100 años pero está bien, han solicitado... han adaptado todo la planta de abajo y así ella se mueve bien (...) en su casa, está un hijo con ella, 100 años va a cumplir ahora, ella está mucho mejor y mis primos están muy contentos"

"Mi madre dice que mientras ella pueda en su casa, está con mi hermana pero mi hermana adaptó también una habitación en su casa con un baño"

"les cuesta mucho, tomar la decisión de salir de casa les cuesta mucho..."

"les cuesta dejar su casa para ir a casa de un familiar, más todavía si..."

"la gente mayor tiene también sus costumbres, sus manías en su casa, que las tenemos todos y claro..."

Cap. 8: Respeto e inclusión social

El respeto y la inclusión social son dos términos que cuentan con elementos de unión, ya que un buen nivel de inclusión social genera sensación de respeto social hacia las personas mayores.

Es preciso, que desde el conjunto de actores implicados en un municipio se trabaje a favor de conseguir potenciar un concepto e idea sobre las personas mayores que ayude a entender y a configurar bajo el mismo prisma qué es envejecer y cómo debemos hacerlo. Ampliando el conjunto de acciones destinadas a personas mayores a lugares y espacios compartidos con otras generaciones.

Que las personas mayores de un municipio tengan una sensación de ser respetadas por el resto de la ciudadanía es clave para generar espacios eficientes de participación e inclusión en la comunidad. Esta percepción puede venir dada por la experiencia personal de cada individuo en función de los espacios de relación social en los que de forma más clara estén inmersos cotidianamente, o incluso puede observarse a través de la ausencia de los mismos, como elemento generador de exclusión y marginación social.

En este caso, se trata de reconocer posibles situaciones de riesgo para las personas mayores, evitando entornos poco incluyentes en los que la edad, el hecho de ser mayor, sea la variable fundamental para que generen espacios de exclusión de cualquier tipo.

Respeto

Desde el punto de vista de las personas mayores que expresaron su opinión en los grupos, sienten que siguen siendo respetadas tanto en su comunidad como dentro de su núcleo familiar, no obstante, reconocen que no se ponen en valor sus opiniones, no sienten que a nivel político y comunitario se haga un esfuerzo por escucharles y activar políticas e inversiones atendiendo a sus necesidades reales.

"Nuestra opinión sí importa cuando nos piden los votos"

"Cuando tienen que pedir algo"

"Cuando nos piden los votos entonces contamos que no veas, después no"

"...y te conocen y hablan contigo que no veas, pero para otras cosas no"

Sin embargo, esta percepción choca con la que manifiestan los profesionales que reconocen que socialmente estamos sufriendo muchos cambios y no somos capaces de transmitir a nuestros jóvenes determinados valores que pongan en relieve la figura de la persona mayor dentro de la sociedad.

"eso son ya valores y normas que se transmiten en el propio domicilio, que la época que estamos viviendo ahora es completamente diferente a lo que..., hoy las circunstancias cambian, cambian pues porque no se transmiten de la misma manera, porque además tienen unos modelos que ven que están..."

"creo que nos está fallando la educación desde las bases, es decir, desde los jóvenes, yo para mí respeto a los mayores creo que se está perdiendo mucho (...) en la calle lo ves pues cuando te cruzas con una persona y le tienes que ceder el paso, vamos yo veo a chavales jóvenes es que pasan, no dicen, vamos, nada, se tiene que bajar de la acera a veces la personas mayor o va con un carro o va con una silla, bueno yo creo que lo del respeto, aquí, dejamos, estamos, no lo estamos haciendo bien con la gente mayor, yo creo que no, a mí me duele"

"no lo estamos haciendo bien con la gente joven"

Despoblación de las zonas rurales

En este punto sería interesante destacar una preocupación repetida una y otra vez por el fenómeno de la despoblación, junto con la pérdida de vecinos se han ido perdiendo servicios, costumbres, relaciones interpersonales y en definitiva bienestar social.

Esto hace que cambie la forma de relacionarse con vecinos y familiares, incidiendo negativamente en los cambios en el estilo de vida y agudizando el sentimiento de aislamiento y soledad, aunque apuntan con la familia mantienen relaciones estrechas ya que suelen volver al pueblo en fines de semana y periodos de vacaciones.

"Yo me apoyo divinamente, estoy sola"

"No nos vemos unos a otros"

"Aquella está sola, ¿tienes vecinos cerca tú?... reñimos con los de casa"

"Yo tengo una vecina"

"Para mi entender antes había más amistad, más compañerismo"

"...antes había más gente en los pueblos, no había TV..."

"Los míos suben el domingo"

"Yo los míos los fines de semana, pero cuando tengo que ir al médico sube a buscarme y me lleva"

"La juventud de aquí se ha marchado to el mundo"

"Se han marchao y vuelven"

Respecto a las relaciones familiares es destacable también que muchos mayores están asumiendo rol de cuidadores tanto de otros familiares mayores como de nietos, en ocasiones estas tareas suponen una sobrecarga que repercute en su salud.

"están asumiendo responsabilidades que no les corresponden y ese es un problema que tenemos ahora, asumen no el papel de abuelos sino el papel de padres y de madres sin tener el, digamos no el valor, pero si la autoridad de que soy tu padre, soy tu madre y haces lo que yo te digo"

"porque esa autoridad que tienen el padre y la madre, pues no la tienen, porque para eso está su padre y su madre; sin embargo asumen toda la educación y toda la custodia de los niños, o sea la responsabilidad y el cuidado es para los mayores"

"yo creo que ahí influye mucho la pérdida de valores de la familia, y el tiempo que pasan los padres, vamos las familias juntas y esa oportunidad de que vean, de que se refleje de alguna manera el comportamiento de los padres en los hijos"

Cada vez más encontramos personas mayores en los municipios, en muchos casos solas, o con una red de apoyos cada vez menor, y más aislados de recursos y zonas poblacionales mayores con más servicios, de ahí surge la idea de una figura profesional encargada de un observatorio de las personas mayores, con funciones de coordinación con otros profesionales de la zona, de salud, sociales..., tareas de supervisión y prevención de casos de aislamiento, transmisora de información y dinamización en el entorno natural de la persona.

"conocer las personas dependientes mayores de 65 años o menores que fueran dependientes y que barreras arquitectónicas había, o sea que barreras había en el domicilio, y qué familiares convivían, que ayudas tenían, qué recursos, eso se iba casa por casa, yo creo que en la zona debería de haberlo"

Desde el grupo de profesionales se insiste mucho en la concienciación sobre una mejora de las políticas e inversión pública que respeten las necesidades individuales y los derechos de las personas mayores, atendiendo a la particularidad del territorio en el que viven si queremos mejorar la calidad de vida de éstos y paliar el terrible despoblamiento que sufren las zonas rurales y que incide de forma negativa directamente en este colectivo.

"y nada decirle a las administraciones que inviertan en tercera edad, que esperemos todos llegar allí"

"pero que inviertan con recursos continuos en el tiempo, no algo puntual le pongo un parche y..."

"y que políticas de las ciudades no son las mismas que en zonas rurales pero para todo, para empleo, para educación, sabes que está muy bien la globalización o muy mal, eso ya depende... pero que se estudie el territorio y las necesidades"

Como ejemplo de programa que apuesta por la atención individualizada de la persona y se centra en el respeto e inclusión de la misma y de sus cuidadores, en el caso de personas dependientes, destacan una acción puntual llevada a cabo en el Ayuntamiento, "Programa de Acompañamiento", que fue valorado de forma positiva por parte de sus beneficiarios y familias.

"y sobre todo que te quita también una carga al cuidador porque yo sabía que ese día tenía a alguien para estar con la persona y esas dos horas que venía a casa era cómo a comprar a tal a tal, porque si no, no tienes ese tiempo, y es una carga la que te quita..., a mí me ayudaba a duchar a mi madre, es que estabas deseando que vinieran, si no yo sola no puedo, si puedes contratar a alguien y si no... y para mí fue un proyecto súper bueno, y también dos años o un año y se olvidó, y lo veo también súper importante ese proyecto, yo bueno esto venían a casa al apoyo"

"había gente que era muy reticente a salir a pasear, no sé qué, no sé cuánto y sabía que ese día tenía que salir con Fulanito y Menganito y ellos se sentían en la obligación de que iban a venir, ya tenían como un aliciente, no era el pasar tiempo por pasar"

Cap. 9: Participación social

Es interesante conocer otra de las áreas clave para observar la amigabilidad de un municipio con las personas mayores, y en este caso tiene que ver con la expresión del interés que tienen las personas de más edad de Pesaguero por participar en las distintas actividades que se le ofrecen desde las alternativas de las esferas públicas y privadas del municipio.

Se reconoce el impacto positivo en el bienestar, tanto físico como emocional, de la persona el hecho de participar en actividades, en la vida social y cultural del territorio. Las reconocen como indispensables para mantener sus redes sociales ya que por el despoblamiento y por la distancia geográfica se sienten aislados unos de otros.

"El juntarte y decir pues mira los miércoles, los jueves o el día que sea bajamos a charlar un rato y..., mismamente si tuviéramos un sitio pa decir pues los sábados por la tarde nos juntamos todos a jugar a las cartas"

"Sí, a lo que sea"

"A reírnos unas de otras"

"O a enseñarnos a hacer ganchillo"

"y la gente cuando participa en talleres, les gusta y salen contentos, y además satisfechos, o sea que no es una experiencia negativa, sino todo lo contrario es una experiencia muy positiva, entonces ¿por qué no vuelven?, ¿por qué no repiten?"

Sin embargo, la valoración tanto de la participación como de la oferta que se hace desde el municipio de las mismas es negativa, principalmente por las razones que se exponen a continuación:

- Se reconoce como generalizado una falta de cultura de participación ciudadana en actividades colectivas ya que hasta hace relativamente poco tiempo no existían, además las dinámicas de vida en los pueblos antes respondían a otras necesidades en las que éstas no tenían cabida.

"tampoco somos muy participativos en ese tema pero ocurre con todo en general en Liébana, ocurre con el fútbol, con los muchachos, con los padres y ocurre con todo"

"no hay cultura de participación, no la hay y luego, parece una tontería pero la orografía influye muchísimo en todo lo que hacemos aquí"

- La falta de transporte las hace inaccesibles para muchas personas, se trata de una zona con núcleos poblacionales alejados entre sí. Esto se ve agravado al no ofertarse desde el

municipio actividades dirigidas a las personas mayores por lo que siempre deben desplazarse a municipios vecinos.

"Yo lo tengo pero tengo que bajar a Potes"

"Yo es lo que digo por qué no se puede formar algo en Pesaguero, por ejemplo Pilates, para hacer algo, algo"

"No, nada, no hay nada"

- La información no siempre llega, por lo que se hace necesario revisar de qué forma se transmite, por experiencias recientes se ha comprobado que el boca a boca sigue funcionando en estos entornos y que es necesario las publicaciones pueblo a pueblo y no sólo por municipio.

"No nos enteramos de nada y esto de casualidad"

"Así de boca a boca"

- Las actividades están limitadas en cuanto a la variedad, por ejemplo no hay actividades intergeneracionales, y al tiempo de ejecución, muchas se realizan durante unos meses al año dependientes de una subvención.

"se quejan de que es poco tiempo al año"

Cap. 10: Comunicación e información

Indudablemente, la forma en que se proporciona la información, la información en sí misma, su calidad, su estructura y su formato es un elemento fundamental para incentivar la participación e inclusión social de las personas mayores del municipio.

En una sociedad en la que la realidad de la comunicación e información está desarrollándose de forma evidente mediante medios integrados en las nuevas tecnologías, la utilización y manejo de estos medios por parte del segmento de población mayor es un elemento que las administraciones públicas tienen que observar y estudiar, con el fin de evitar situaciones de marginación y exclusión al respecto.

No hay integración, ni participación sin contar con mecanismos que acerquen la información a la ciudadanía, y en este caso, es necesario acudir a aquellos elementos comunicativos que son más útiles y manejables para las personas mayores, los cuales harán que este grupo impulse su participación cívica y social dentro del municipio. Sin duda, no hay lugar a la participación si no existen personas informadas, clave por tanto para desarrollos participativos más complejos y ambiciosos.

Un primer aspecto fundamental para posibles desarrollos de políticas comunicativas e informativas por parte de la administración municipal, es conocer cómo de informados/as se consideran y perciben que están las personas mayores de nuestro municipio. Se trata de un indicador que permite de una forma clara sondear posibles carencias y situaciones de vulnerabilidad, y que pueden generar situaciones no deseables en las personas mayores.

Hay que tener en cuenta que la falta de información de lo que ocurre en el municipio, puede ser de alguna manera, una forma de detectar situaciones en las que otro tipo de informaciones no lleguen de forma correcta a las personas mayores, bien sea de tipo sanitario (desconocimientos de campañas para mejorar la salud de las personas mayores, por ejemplo), económico o social, entre otros muchos aspectos.

Muchos expresan la necesidad de revisar los medios que se utilizan para informar acerca de lo que pasa en los municipios, desconocen las actividades y programas de los que pueden beneficiarse. Valoran positivamente cuando esta información se les hace llegar de forma personal e individualizada, no sólo porque se ha demostrado que este método es eficaz sino porque incide directamente en otro área de este análisis ya que les hace sentirse más valorados en integrados dentro de su comunidad.

"Claro, yo creo que esto por mediación del ayuntamiento, la asistenta social que coja esto que lo diga al ayuntamiento y que avise"

"Porque una de la que empezó este año empezó porque el vecino se lo dijo, joer, a mí esas cosas me dan mucha rabia, es que no sé qué no nos informan de..."

"No, aquí no te informan de nada"

"puerta a puerta va servicios sociales, va Mancomunidad, vamos nosotros... te preguntan oye que sabes de esto, cuando sale lo otro"

Son conscientes de que la manera de informar ha cambiado sustancialmente a lo largo de los años y muchos pueblos no se han adaptado, las nuevas tecnologías van ganando terreno en este campo sin embargo, la conexión a internet en zonas rurales sigue siendo deficiente. Esta falta de infraestructuras se suma el desconocimiento de muchas personas mayores del manejo de las nuevas tecnologías, aunque por otro lado reconocen que hubo un esfuerzo municipal hace años por impartir cursos y que, por todos los motivos expuestos anteriormente, más sumado a que en su día no hubo una conciencia de esta necesidad no se aprovecharon. En la actualidad reclaman un nuevo esfuerzo público tanto para asegurar la conexión a internet de todos los habitantes del municipio como para formar en el uso de las nuevas tecnologías a todas aquellas personas que lo precisen.

"sí hay sitios que tiene que ser por satélite porque no entra"

"en cada ayuntamiento, se hicieron 4 cursos porque yo participé de uno de ellos pero que pasa, un día no había internet, otro día se había bajado no sé qué, otro día tal..."

"y el acceso a internet en los pueblos poca ¿no?"

Cap. 11: Trabajo y participación ciudadana

La participación asociativa de las personas mayores, acción ya considerada por las Naciones Unidas, a través de la Organización Mundial de la Salud, como relevante para mejorar la calidad de vida y la propuesta de un envejecimiento activo de la población, con lo que propone la potenciación de políticas públicas incentivadoras de la participación de las personas mayores en diferentes ámbitos de la vida pública, entre ellos el ámbito asociativo, es un pilar fundamental.

Por lo que se refiere a la participación de las personas mayores consultadas, se puede apreciar que pocas personas pertenecen a una asociación. En general, existen pocas asociaciones tanto en el municipio como a nivel Mancomunidad y poco sentimiento asociativo entre las personas mayores, pero las personas que si forman parte de alguna asociación, valoran la experiencia como positiva.

Apenas existen labores de voluntariado en la zona, el grado de colaboración de las personas mayores en los pueblos se limita a las festividades patronales y a la ayuda en los negocios familiares, tales como ganadería... Una tarea muy extendida también es el cultivo de huertos. Todas estas actividades se reconocen como de especial importancia frente al deterioro físico y cognitivo y como una fuente de reconocimiento social y de sentimiento personal de utilidad.

"aquí el único voluntariado que hay en la zona es Cruz Roja y Cáritas"

"no hay nada más, sí que la gente intenta pues eso ayudar en la ganadería, en los negocios, que yo lo veo un punto importante porque desde mi punto de vista y desde mi experiencia, mantente ocupado porque si no la cabeza"

"al no haber gente, salir a la calle, no poder hablar con nadie, por la despoblación, la distancia de los recursos"

"es que antes se reunían mucho hasta para pasear ¿verdad? Pero ahora ya"

"en los concejos, los concejos se prohibieron, sabes se reunían la gente en esos sitios y ahora eso ha desaparecido"

Cap. 12: Servicios Sociales y de la salud

El ayuntamiento de Pesaguero forma parte de la Mancomunidad de Liébana y Peñarrubia, mediante esta asociación de municipios se prestan algunos servicios conjuntamente a los ciudadanos, como es el caso de los Servicios Sociales de Atención Primaria (SSAP). Estos servicios tienen sede central ubicada en Potes, desde donde se atiende al conjunto de la población empadronada en cualquiera de los municipios mancomunados. No obstante, cada Ayuntamiento tiene asignada una trabajadora social para atención específica de la población de su municipio que se desplaza al mismo, en el caso de Pesaguero dos jueves alternos al mes en horario de 12:00 a 14:00h.

Respecto a los Servicios Sanitarios destacan de especial importancia el tener ambulatorio médico dentro del municipio, una preocupación expresada en reiteradas ocasiones es perder tanto éste como otros servicios por el escaso número de población, y porque en ocasiones, por limitación horaria o espera, usan los servicios en el municipio vecino, proponen concienciar a todos los residentes de la importancia de utilizar de forma responsable los recursos.

"Yo soy de la opinión de que siempre arriba porque si no pides arriba al final un día nos le cierran"

"En Pesaguero está el ayuntamiento, lo lógico sería que estemos yendo a Pesaguero"

"En eso estoy de acuerdo, pero como tenemos ayuntamiento en Pesaguero poco a poco va a desaparecer porque claro, bajamos a Cabezón a esto, bajamos a Cabezón a..."

"A ver eso es como todo, es como esto de Envejecimiento Activo, somos una dos tres... ocho, nueve, este año, y estoy por decir que si eso saldría alguna más si fuera allí arriba"

"Sería decir oye te lo hacen allí, pues bajas al ayuntamiento o aunque fuese en algún local de algún pueblo del ayuntamiento, claro que no sea en Caloca porque si es en Caloca nos joroban"

Durante un tiempo estuvo puesto en marcha a través de contrataciones de corporaciones locales un programa de acompañamiento a los mayores del municipio, se valora positivamente la iniciativa, viendo que cada vez es más útil y necesaria esa figura, ya que la despoblación de las zonas rurales y el incremento de la esperanza de vida, hace que cada vez exista más gente mayor en los pueblos en situación de aislamiento y soledad; sin embargo, este programa debería someterse a una revisión que permita a la mejora del servicio, que no dependa de contrataciones temporales y con un perfil profesional que sea sensible a las necesidades del colectivo al que atiende.

"Después ha habido ayuntamientos, que esto se nos ha olvidado decirlo en algún punto, que sí que ha introducido la figura de persona de acompañamiento en los pueblos, que le gustaba mucho porque iban cada día a un sitio, salían a pasear, charlaban, se juntaban tal... pero yo creo que en Liébana no sé si lo ha

hecho un par de Ayuntamientos solo, tenían que introducir en corporaciones locales no solo peones forestales o peones tal... si no la figura d acompañamiento”

“pero eso estaría guay en todos los ayuntamientos y en todas las corporaciones, salir a pasear y reunirles en la casa del pueblo en el centro no sé qué, sabes, ya si un día viene, los lunes viene Citanito, los miércoles bajo a EA, los miércoles voy al médico a no sé qué y ya los sábados viene la familia, los periodos de tiempo se pasan más...”

Cap. 13: Resumen cuadros amigabilidad

En este apartado, se pretende identificar de forma visual alguna de las opiniones de menor y mayor amigabilidad que las personas mayores y proveedores de servicios del municipio de Pesaguero han expresado a través de las diferentes técnicas de investigación desarrolladas en el municipio.

De este modo, el informe de amigabilidad se resume en un cuadro dividido por las principales áreas analíticas y en el que se especifican algunas necesidades de mejora relevantes sobre cada una de ellas, así como alguna de las medidas de mejora que pueden desarrollarse para impulsar la amigabilidad del municipio de Pesaguero con las personas mayores.

Tabla 13.1 Resumen aspectos amigabilidad de la dimensión de Espacios al Aire Libre y Edificios.

ESPACIOS AL AIRE LIBRE Y EDIFICIOS	AREA	NECESIDADES DETECTADAS	PROPUESTAS DE MEJORA
	ILUMINACIÓN	Poca o nula iluminación en algunos puntos de los pueblos y carreteras.	Instalación de más farolas.
	ÁREAS DE DESCANSO Y BANCOS	Bancos en puntos estratégicos de pueblos y caminos.	Instalación de bancos y mantenimiento de los que ya existen.
	EDIFICIOS PÚBLICOS	Barreras arquitectónicas en el Centro de Salud	Eliminación del escalón de la entrada y adaptación de baños. Mejora en el acondicionamiento de las salas.
	CARRETERAS Y CAMINOS	Limpieza de cunetas y caminos que conectan los pueblos.	Mejor aprovechamiento de las cuadrillas temporales para las labores de limpieza. Refuerzo de operarios en determinadas épocas del año, como otoño con la caída de la hoja.

Tabla 13.2. Resumen aspectos amigabilidad de la dimensión Transporte.

	AREA	NECESIDADES DETECTADAS	PROPUESTAS DE MEJORA
TRANSPORTE	AUTOBÚS	<p>Línea infrautilizada.</p> <p>Inexistencia de transporte público.</p>	<p>Paradas más cercanas a cada pueblo y no sólo en la carretera general.</p> <p>Unión por parte de los ayuntamientos para poner un sistema circular de autobuses.</p> <p>Identificar cual es la demanda de las personas mayores y dar servicio a esa demanda (médico, mercado, compras...).</p> <p>Poner un servicio de línea interurbana, sin mirar la rentabilidad económica y si el derecho de las personas a estar comunicados.</p>
	TAXI	<p>Satisfacción tanto con la cantidad como la calidad del servicio.</p> <p>Encarecimiento de gestiones de la vida cotidiana al ser el único transporte existente en la zona.</p>	<p>Reducción del coste de taxi para personas mayores en situación de fragilidad (Convenio con Ayto.).</p>

Tabla 13.3. Resumen aspectos amigabilidad de la dimensión Vivienda.

	AREA	NECESIDADES DETECTADAS	PROPUESTAS DE MEJORA
VIVIENDA	ACCESIBILIDAD Y AUTONOMÍA	Viviendas con barreras arquitectónicas (Baños no adaptados, escalones en la entrada, escalera de acceso al dormitorio...)	Adaptación de la vivienda en función de las necesidades.
	REFORMAS Y ADAPTACIONES	<p>Ayudas financieras para adaptación de la vivienda.</p> <p>Dificultad en la solicitud de ayudas y plazos de concesión.</p> <p>Falta de conciencia de muchas personas mayores de la necesidad de adaptar y reformar sus propias viviendas</p>	<p>Información de las ayudas financieras para la adaptación de la vivienda a través de asambleas abiertas implicando a las juntas vecinales y asociaciones del municipio.</p> <p>Simplificación de los trámites administrativos de acceso a las ayudas.</p> <p>Campañas de información y seguridad en los domicilios: prevención de caídas, prevención de incendios...</p>

Tabla 13.4. Resumen aspectos amigabilidad de la dimensión Respeto e Inclusión Social.

	AREA	NECESIDADES DETECTADAS	PROPUESTAS DE MEJORA
RESPECTO E INCLUSION SOCIAL	DESPOBLACIÓN	<p>Pérdida de servicios, costumbres e inversión pública</p> <p>Soledad y aislamiento</p>	<p>Políticas que atiendan a la particularidad del territorio</p> <p>Políticas e inversión pública que atiendan las necesidades individuales y los derechos de las personas mayores.</p> <p>Creación de un observatorio propio del mayor en el territorio con funciones de coordinación con otros profesionales de la zona, de salud, sociales..., tareas de supervisión y prevención de casos de aislamiento, transmisora de información y dinamización en el entorno natural de la persona.</p> <p>Continuación del Programa de Acompañamiento que aporta beneficios no sólo a los usuarios si no a sus familiares.</p>
	RESPECTO	<p>Pérdida de valor social de los mayores desde el punto de vista de los jóvenes</p>	<p>Campañas de sensibilización y buen trato hacia los mayores</p> <p>Fomento de actividades intergeneracionales.</p>

Tabla 13.5. Resumen aspectos amigabilidad de la dimensión Participación Social.

	AREA	NECESIDADES DETECTADAS	PROPUESTAS DE MEJORA
PARTICIPACIÓN SOCIAL	ACTIVIDADES EDUCATIVAS, CULTURALES Y DE OCIO	<p>Falta cultura de participación</p> <p>Falta de transporte público</p> <p>Falta de información</p> <p>Poca variedad de actividades y frecuencia.</p> <p>Casi inexistencia de actividades en el propio municipio.</p>	<p>Proporcionar transporte para poder acudir y participar en las actividades.</p> <p>Revisar las formas de informar, poner en valor acercar la información de forma personal e individualizada.</p> <p>Ofrecer actividades novedosas, de acuerdo a su trayectoria de vida, con mayor frecuencia y mayor duración.</p> <p>Cesión y acondicionamiento de locales públicos para reunirse</p>

Tabla 13.6. Resumen aspectos amigabilidad de la dimensión Comunicación e Información

COMUNICACIÓN E INFORMACIÓN	AREA	NECESIDADES DETECTADAS	PROPUESTAS DE MEJORA
	INTERNET	<p>Cobertura telefónica, internet y televisión deficiente o inexistente.</p> <p>Desconocimiento en el uso de nuevas tecnologías.</p>	<p>Mejora de la infraestructura con el fin de mejorar la comunicación y ofrecer unos servicios básicos.</p> <p>Formación práctica a través de cursos/ talleres de uso de móviles, tabletas, ordenador para gestiones básicas (Cita médica, DNI, Cajero automático, multas...).</p>
INFORMACIÓN MUNICIPAL	<p>Información sobre programas y actividades del municipio que no llega al conjunto de la población mayor.</p>	<p>Puntos de información en cada pueblo: tablón de anuncios...</p> <p>Información individualizada y personalizada a través de diferentes profesionales.</p>	

Tabla 13.7. Resumen aspectos amigabilidad de la dimensión Empleo y Participación Ciudadana

	AREA	NECESIDADES DETECTADAS	PROPUESTAS DE MEJORA
EMPLEO Y PARTICIPACION CIUDADANA	OCUPACIONES DESPUÉS DE LA JUBILACIÓN	La mayoría de participantes en las actividades comunitarias son mujeres, que tras la jubilación siguen asumiendo rol de cuidadoras y dedicándose a tareas del hogar. Esta actividad en ocasiones es incompatible con otras de ocio.	Ofrecer apoyos desde la administración pública al cuidador para poder desarrollar su vida social de forma plena.
	ASOCIACIONISMO	Falta de asociaciones en el municipio y de cultura asociacionista en las personas mayores.	Incentivar la participación y creación de asociaciones en la vida del municipio desde las administraciones públicas.
	ACTIVIDADES RELIGIOSAS Y FIESTAS PATRONALES	Les aporta reconocimiento social.	Seguir fomentando desde las administraciones públicas la participación no sólo en las celebraciones sino en la programación y preparación de este tipo de eventos.

Tabla 13.8. Resumen aspectos amigabilidad de la dimensión Servicios Sociales y de la Salud

	AREA	NECESIDADES DETECTADAS	PROPUESTAS DE MEJORA
SERVICIOS SOCIALES Y DE LA SALUD	SERVICIOS DE LA SALUD	Infrautilización del ambulatorio del municipio, se abusa del uso en Cabezón de Liébana para evitar esperas y ampliar el horario de atención.	Campaña de concienciación en el municipio sobre la importancia del uso de los servicios a fin de que estos no desaparezcan
	SERVICIOS SOCIALES	Trámites administrativos complicados y plazos largos.	Simplificar los trámites de solicitud. Aumentar el tiempo de atención directa y frecuencia.
		Cartera de servicios desconocida.	Campaña de información y explicación sobre los servicios y sus prestaciones.
		Prevenir las situaciones de aislamiento, soledad y exclusión.	Continuidad del programa de acompañamiento a las personas mayores Implantación de un servicio de catering.